सजग सरस युवा पत्रिका

नवंबर 2021 ₹ 40.00

सरिता

विवाह के बंधन में बंधेंगी कैटरीना कैफ

सोशल मीडिया बनता ब्लैकमेलिंग का अड्डा

मोटी लड़कियां खूबसूरती में अव्वल

परमानैंट दोस्त हैं जरूरी

नथ उतराई बुरी प्रथा

वैभवी कपूर

प्यार करें पागलपन नहीं

स्टाइल औफ द मंथ

VISIT…

मुक्ता

नवंबर 2021 अंक: 1002

लेख

सोशल मीडिया : ब्लैकमेलिंग का अड्डा 4
प्यार करें पागलपन नहीं 6
मोटी लड़कियां : खूबसूरती में अव्वल 10
जब आप ज्यादा चैटिंग करने लगें 12
प्यार में जातिधर्म की दीवार 14
परमानैंट दोस्तों की जरूरत 18
प्यूबिक एरिया को कैसे रखें सौफ्ट 20
कम उम्र में हार्ट प्रौब्लम 32

बातचीत

अभिनेत्री वैभवी कपूर 28

कथा साहित्य

377 22
दोस्ती की परिभाषा 36
तलाश एक कहानी की 42

स्तंभ

मुक्त विचार 9
प्रेम समस्याएं 16

फीचर

Style of the month 30
वैब सीरीज रिव्यू : क्या देखें 34
बौलीवुड buzz 38
Small screen 46

कविता

मिलोगे न फिर 8
देखा था एक सपना 8

दिल्ली प्रैस
सामाजिक क्रांति की पत्रिकाएं
संस्थापक : विश्वनाथ
(1917-2002)
33 पत्रिकाएं 10 भाषाएं

रचनाओं, स्तंभों व संपादक को पत्रों के लिए ईमेल :
editor@delhipress.biz

8527666772

निमंत्रणों प्रैस सूचनाओं के लिए ईमेल :
invities.pressrelease@delhipress.biz

ग्राहक विभाग के लिए ईमेल :
subscription@delhipress.in

संपादक व प्रकाशक : परेश नाथ

मुख्य संपादकीय व विज्ञापन कार्यालय : दिल्ली प्रैस भवन, ई-8 झंडेवाला एस्टेट, रानी झांसी मार्ग, नई दिल्ली-110055.

अन्य कार्यालय : ● 31 ग्राउंड फ्लोर, नारायण चैंबर्स, आश्रम रोड, **अहमदाबाद-380009. फोन : 079-26577845** ● ए-4, श्रीराम इंडस्ट्रियल एस्टेट, जी.डी. अंबेडकर मार्ग, **वडाला-400021. फोन : 022-24122661** ● 11, फर्स्ट क्रौस, बालप्पा गार्डन, शिवाजी नगर, **बेंगलुरु-560051. फोन : 080-42013076** ● 14, पहली मंजिल, सीसंस कौंप्लैक्स, मांटीअथ रोड, **चेन्नई-600008. फोन : 044-28554448** ● 122, पहली मंजिल चिनाय ट्रेड सैंटर, 116, पार्क लेन, **सिकंदराबाद-500003. फोन : 040-27896947, 27841596** ● जी 7 पायोनियर टावर्स, 1 मेरीन ड्राइव, **कोच्चि-682031. फोन : 0484-2371537.** ● 16 ए, अमृता बनर्जी रोड, पहली मंजिल, कालीघाट, नजदीक बासुश्री सिनेमा **कोलकाता-700026.** ● 12, ग्राउंड फ्लोर, आशियाना टावर्स, एजीबिशन रोड, **पटना-800001. फोन : 0612-2323840** ● फ्लैट नं. बी-जी/3,4 सप्रू मार्ग, **लखनऊ-226001. फोन : 05222618856** ● गीतांजली टावर, शौप नं. 114, (डाक्टर व्यास अस्पताल के सामने) अजमेर रोड, **जयपुर-302006.** ● बी-31, वर्धमान ग्रीन पार्क कालोनी 80 फुटा रोड, पीछे अशोका गार्डन थाना, **भोपाल-462023. फोन : 0755-2759853, 2573057.**

दिल्ली प्रैस पत्र प्रकाशन पीटीई लिमिटेड की बिना आज्ञा कोई रचना किसी प्रकार उद्धृत नहीं की जानी चाहिए. मुक्ता में प्रकाशित कथा साहित्य में नाम, स्थान, घटनाएं व संस्थाएं काल्पनिक हैं और वास्तविक व्यक्तियों, संस्थाओं से उन की किसी भी प्रकार की समानता संयोग मात्र है.

दिल्ली प्रैस पत्र प्रकाशन प्राइवेट लिमिटेड के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक परेश नाथ द्वारा ई-8, झंडेवाला एस्टेट, नई दिल्ली-110055 से प्रकाशित एवं पीएस पीसी प्रैस प्राइवेट लिमिटेड, डीएलएफ-50, इंडस्ट्रियल एरिया, फरीदाबाद, हरियाणा-121003 में मुद्रित.
संपादक : परेश नाथ.

वार्षिक मूल्य केवल चैक/ड्राफ्ट/मनीऔर्डर द्वारा ही 'दिल्ली प्रकाशन वितरण प्राइवेट लिमिटेड' के नाम से ई-8, झंडेवाला एस्टेट, रानी झांसी मार्ग, नई दिल्ली-110055 को ही भेजें. वी.पी.पी. स्वीकार नहीं किए जाते.
Ph.: 91-41398888, Extn. No. 119,221,264.
(Mon to Sat 10 am to 6 pm)
Mobile/SMS/Whatsapp: **08588843408**
Email : subscription@delhipress.in

COPYRIGHT NOTICE
© Delhi Press Patra Prakashan Private Ltd., New Delhi-110055, INDIA. No article, story, photo or any other matter can be reproduced from this magazine without written permission.

मूल्य : एक प्रति 40.00. एक/दो वर्ष : ₹522/996. विदेशों में मूल्य : एक प्रति : 0.47 (डाक व्यय अतिरिक्त)

International Subscription Price Air mail Charges		Express Delivery Europe & South America		Express Delivery SAARC Countries		Express Delivery Rest of Countries		*(All the Prices given are in US$)*
1 year	50	1 year	210	1 year	120	1 year	140	
2 year	95	2 year	420	2 year	240	2 year	275	

लेख • सुरेशचंद्र रोहरा

सोशल मीडिया बनता ब्लैकमेलिंग का अड्डा

सावधान, इन दिनों सोशल मीडिया ब्लैकमेलिंग का अड्डा बनता जा रहा है. पहले दोस्ती, फिर सैक्सिंस्टिंग और अंत में ब्लैकमेलिंग के जरिए लाखों रुपए ऐंठे जा रहे हैं. ऐसा शातिर गिरोह द्वारा योजनापूर्ण तरीके से किया जा रहा है. आप भी इस की गिरफ्त में तो नहीं?

मुक्ता

सोशल मीडिया का जाल जैसेजैसे बढ़ रहा है, लोगों के संबंध अनजान लोगों से बन रहे हैं. इन अनजान लोगों में चंद लोग तो अच्छे होते हैं. आमतौर पर सोशल मीडिया लोगों को लूटने, ब्लैकमेल करने का एक अड्डा बन चुका है.

जी हां, सोशल मीडिया की दोस्ती आप को कंगाल बना सकती है. आप को बरबाद कर सकती है. एक लंबी त्रासदी और पीड़ा से गुजरने के लिए मजबूर कर सकती है.

इस रिपोर्ट में हम आप को ऐसे ही कुछ घटनाक्रम बता रहे हैं जो एकदम सच्चे हैं और लोगों की सोशल मीडिया की दोस्ती की पीड़ा की गवाही भी.

▼ पहला घटनाक्रम

राजस्थान की गुलाबी नगरी अर्थात राजधानी जयपुर में सोशल मीडिया पर दोस्ती कर लोगों की फोटो एडिट कर, उसे अश्लील बना कर, वसूली करने वाले गिरोह की करतूत का आखिरकार पुलिस ने परदाफाश कर दिया है. इस गिरोह ने एक के बाद एक कई मामले अंजाम दिए. यह गिरोह नएनए लोगों को फंसा कर उन से मोटी रकम वसूल रहा था.

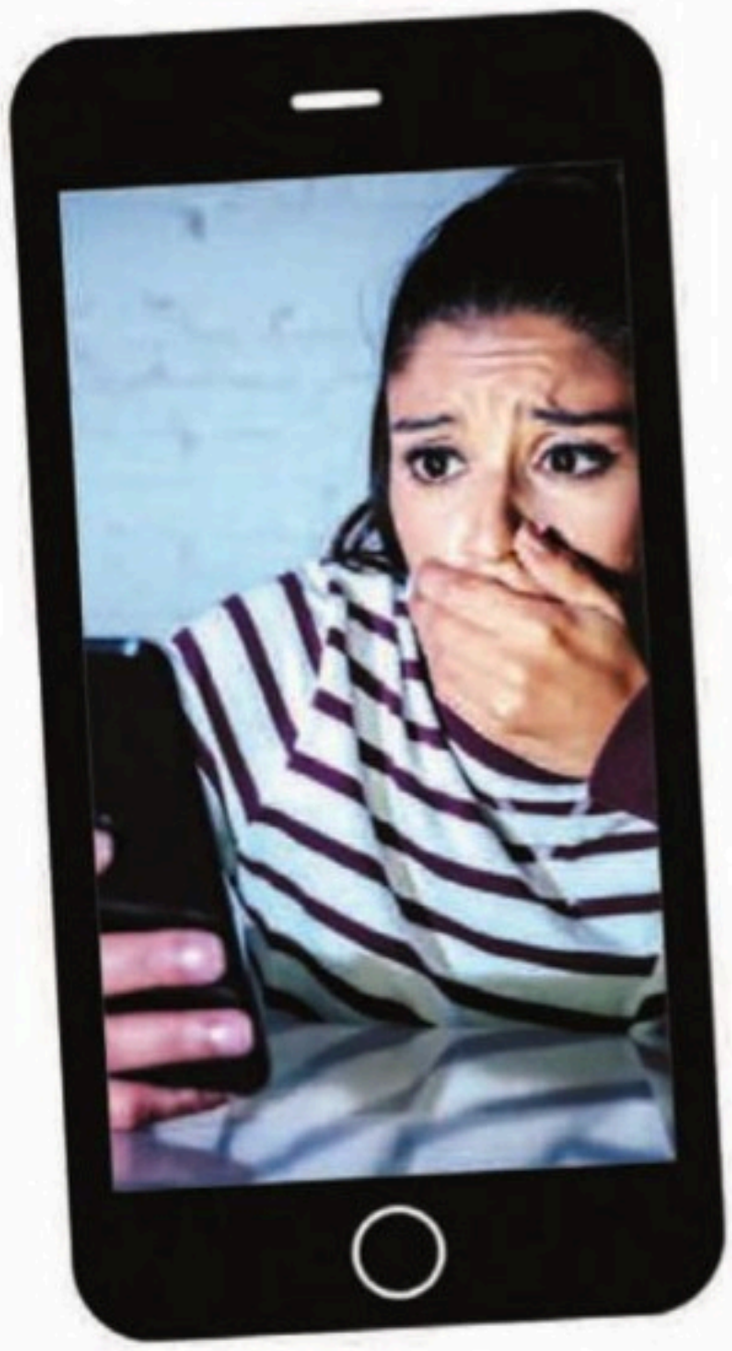
जयपुर के बजाज नगर थाने में एक युवक ने 2 युवतियों सहित 4 लोगों के खिलाफ ब्लैकमेलिंग कर 1.75 लाख रुपए वसूल लेने के साथ और वसूली के लिए धमकी देने का मामला दर्ज करवाया.

दरअसल, हुआ यह कि एक युवती रागिनी (काल्पनिक नाम) ने सोशल मीडिया की एक साइट देख कर व्हाट्सऐप मैसेज किया. फिर उक्त नंबर को ब्लौक कर दिया. इस के बाद एक अन्य नंबर से फोन आया और फोन करने वाले ने धमकी दी कि पीड़ित का नंबर गलत साइट पर डाल देंगे.

धमकी देने वाले ने पीड़ित युवती के फेसबुक से पीड़ित और उस के परिवार की फोटो डाउनलोड कर ली और एडिट कर के उन फोटो को अश्लील बना दिया. फोन करने वालों ने रुपए मांगते हुए पीड़ित को ही व्हाट्सऐप पर उस की और परिवार की एडिट की हुई अश्लील फोटो भेज दी और धमकाने लगे कि रुपए नहीं दिए तो यह फोटो फेसबुक पर वायरल कर दी जाएगी.

▼ दूसरा घटनाक्रम

कवर्धा के पुलिस अधीक्षक शलभ कुमार सिन्हा के मुताबिक एक युवती ने अपने परिजनों के साथ सिटी कोतवाली पहुंच कर शिकायत दर्ज कराई थी. पीड़िता ने बताया कि एक युवक सोशल



मीडिया पर उस की और उस की सहेली की फोटो अपलोड कर आपत्तिजनक बातें और कमैंट कर रहा है.

युवती ने बताया कि आरोपी फोटो और कमैंट को सोशल मीडिया से डिलीट करने के बदले पैसे की डिमांड कर रहा है. शिकायत पर थाना कवर्धा में अज्ञात आरोपी के खिलाफ धारा 509 और आईटी एक्ट के तहत अपराध दर्ज किया गया था.

▼ तीसरा घटनाक्रम

सोशल मीडिया में अश्लील फोटो वायरल कर युवती को ब्लैकमेल करने वाले आरोपी को लखनऊ से गिरफ्तार कर छत्तीसगढ़ लाया गया है. आरोपी ने सोशल मीडिया पर युवती के साथ दोस्ती की और जानपहचान होने के बाद पीड़िता के साथ की कुछ अंतरंग तसवीरें लीं. इस के बाद सोशल मीडिया में फोटो वायरल कर ब्लैकमेल करने लगा. युवती ने डोंगर गांव थाने में इस की शिकायत दर्ज कराई थी.

अश्लील वीडियो बनाने वाले गैंग

महाराष्ट्र की राजधानी मुंबई के एक बैंक मैनेजर की शिकायत पर पुलिस ने एक बड़ा खुलासा किया है. ब्लैकमेलिंग के खेल में महिला का भाई और पति का दोस्त शामिल पाया गया है. सोशल मीडिया के इस जाल में पुलिस को फोन से कई अश्लील वीडियो मिले हैं. जो सच सामने आया है वह यह बताता है कि किस तरह यह एक बड़ा ब्लैकमेलिंग का धंधा बन गया है.

सोशल मीडिया के जरिए दोस्ती कर लोगों को हनी ट्रैप में फंसाने वाली महिला को थाना बिसरख पुलिस ने एक शिकायत के बाद उस के साथी के साथ गिरफ्तार किया. पकड़ा गया आरोपी महिला के पति का दोस्त है. इस मामले में एक अन्य आरोपी, जो महिला का भाई है, को भी दोषी माना जा रहा है.

दरअसल, पुलिस की गिरफ्त में आई शिवानी और अमित कुमार को थाना बिसरख पुलिस ने मुंबई के एक बैंक मैनेजर की शिकायत के बाद गिरफ्तार किया. पुलिस जांच में जो तथ्य सामने आए हैं, वे चौंकाने वाले हैं जो बताते हैं कि सोशल मीडिया का भयंकर चक्रव्यूह लोगों के लिए किस तरह ब्लैकमेलिंग का एक मंच बन गया है.

पुलिस अधिकारी, नोएडा सैंट्रल, अंकुर अग्रवाल ने बताया, 'एक वैवाहिक वैबसाइट पर शादी के लिए विज्ञापन दिया गया था. विज्ञापन देख कर महिला ने उस से संपर्क किया और विवाह की इच्छा जताई.

'इस के बाद दोनों फोन पर बातें करने लगे. कुछ दिनों पहले प्रबंधक एक कार्यक्रम में शामिल होने दिल्ली आया था. महिला ने उसे जिद कर अपने फ्लैट पर बुला लिया. इस के बाद उसे हनी ट्रैप में फंसा कर 5 लाख रुपए वसूलने का प्रयास किया था. पुलिस ने आरोपियों को गिरफ्तार किया लेकिन इस मामले में महिला का भाई फरार है.

पुलिस अधिकारी के मुताबिक, महिला का पति प्रौपर्टी डीलिंग का काम करता था. आरोपी अमित पति शिवम का दोस्त था और उस का घर आनाजाना था. 4 वर्षों पहले शिवम की मौत हो गई.

इस के बाद महिला और अमित के बीच निकटता बढ़ गई. दोनों ने मिल कर हनी ट्रैप की साजिश रची और इस में महिला के भाई को भी शामिल कर लिया. आरोपी अमित के मोबाइल से पुलिस ने कई अश्लील वीडियोज भी बरामद किए हैं. ●

प्यार करें पलायन नहीं

प्रेमियों का प्रेम एकदूजे के साथ ही परवान चढ़ सकता है, न कि खुदकुशी कर के. जो लोग प्रेम में खुदकुशी करते हैं वे दरअसल कायर होते हैं, उन्हें अपने प्रेम को सही अंजाम देना नहीं आता.

लेख • डा. विनोद गुप्ता

कुछ दिनों पूर्व ग्वालियर में एक युवक का शव उस की ही प्रेमिका के दरवाजे पर पड़ा मिला. युवक के गले पर रस्सी के कसने के निशान मिले. प्रेमिका को पुलिस ने हिरासत में लिया तो उस ने बताया कि 'आधी रात हम दोनों साथ में खुदकुशी करना चाहते थे. मुझ से पहले उस ने फंदा गले में डाला और लटक गया. उस की मौत होते ही मैं घबरा गई और शव उतार कर बाहर फेंक दिया. हम दोनों शादी करना चाहते थे. पर दोनों के परिवार वाले तैयार नहीं थे. रात 3 बजे वह उस के घर आया. उस ने कहा शादी नहीं कर सकते तो साथ मर तो सकते हैं.

● पिछले दिनों इंदौर में एक रात एक प्रेमी ने प्रेमिका के घर में घुस कर उसे गोली मारी, फिर कनपटी पर पिस्टल रख कर खुद भी जान दे दी. यह तो अच्छा हुआ कि गोली युवती के कान के पास से छू कर निकली. उसे इलाज के लिए अस्पताल ले जाया गया, जहां उस की हालत खतरे से बाहर बताई गई.

दोनों साथ में काम करते थे. इस दौरान उन में नजदीकियां बढ़ीं. युवक शादी करना चाहता था. उस ने युवती को गाड़ी और अंगूठी भी दी थी, लेकिन कुछ समय पहले युवती की शादी कहीं और तय हो गई थी. जैसे ही उसे पता चला तो वह युवती के घर पहुंचा और बोला, 'जब शादी मुझ से नहीं करनी थी तो ये सब क्यों किया? अब न तू जिएगी और न मैं, और गोली मार दी.

● उज्जैन में एक विचलित करने वाली घटना सामने आई. एक प्रेमी जोड़े ने घर से भाग कर सुसाइड कर लिया. सुसाइड से पहले दोनों ने वीडियो भी बनाया. दोनों में डेढ़ साल से अफेयर चल रहा था. लड़की ऊंची जाति की थी, इसलिए परिवार ने उस के सामने जाति की दीवार खड़ी कर दी.

प्रेमी अपनी प्रेमिका के साथ घर से भाग गया. वे एक ढाबे पर रुके. वहां नाश्ता किया और फिर जहर पी लिया. जहर पीने के बाद वहां से किसी तरह अपने दोस्त के पास तक पहुंचे. वहां लड़की गिर गई. दोनों को ऐसी हालत में देख दोस्त डर गया. दोनों के घरवालों को सूचना दी तथा उन्हें जिला अस्पताल पहुंचाया. जहां से उन्हें एक निजी अस्पताल में रेफर कर दिया गया, लेकिन दोनों की मौत हो गई.

● लखनऊ के एक युवक और एक युवती नोएडा की एक फर्म में काम करते थे. वहीं उन के बीच प्यार हुआ. दोनों एकदूसरे से शादी करना चाहते थे, लेकिन दोनों का धर्म अलग होने से परिजन शादी के लिए सहमत नहीं हुए. लड़की के परिजनों ने उस का रिश्ता अपनी ही जाति के अन्य युवक से तय कर दिया. लड़की ने यह बात अपने प्रेमी को बताई कि यह रिश्ता उस की मरजी के खिलाफ तय किया गया है और कहा, 'मैं तुम्हारे अलावा किसी की हो ही नहीं सकती.' लड़का भी उस के प्यार में दीवाना था.

शादी वाली रात को जब बरात दुलहन के घर पहुंची, तो भेष बदल कर आए प्रेमी ने दूल्हे पर 3 गोलियां दाग दीं. इस से हड़कंप मच गया. दूल्हे की मौके पर मृत्यु हो गई. उपस्थित लोगों ने उसे पकड़ कर पुलिस के हवाले कर दिया. उधर, लड़की को इस घटना का इतना सदमा लगा कि उस की भी मौत हो गई.

● पटियाला के एक युवक और उस की प्रेमिका ने एकसाथ ट्रेन के सामने कूद कर

अपनी जान दे दी. दोनों के शव टुकड़ेटुकड़े हो गए. दोनों ने ही एक सुसाइड नोट तैयार किया तथा उस पर अपने हस्ताक्षर किए. मृत्यु के पश्चात पुलिस को यह सुसाइड नोट युवक की पैंट से मिला जिस पर लिखा था, 'यह दुनिया हमें एकसाथ जीने नहीं देगी तो क्या हुआ, हम एकसाथ मर तो सकते ही हैं.'

मृतकों की शिनाख्त होने पर दोनों के ही परिजनों ने स्वीकार किया कि युवकयुवती के बीच पिछले 3 वर्षों से प्रेमप्रसंग चल रहा था. लेकिन लड़की के पिता को लड़के का चरित्र कुछ ठीक नहीं लग रहा था. इसलिए वे इस शादी के खिलाफ थे. लड़की की जिद थी कि वह शादी करेगी तो अपने प्रेमी से ही.

● बीकानेर की एक युवती अपने ही घर में फंदे पर लटकी पाई गई. परिजनों ने बताया कि उस का किसी लड़के के साथ अफेयर था और वह उस से शादी करना चाहती थी. लेकिन परिजन इस के लिए तैयार नहीं थे. घटना वाली रात को भी परिजनों के साथ इस बात को ले कर विवाद हुआ था. अपने सुसाइड नोट में उस ने इस के लिए अपने मातापिता को जिम्मेदार बताया.

● कोलकाता के एक प्रेमी जोड़े का शव पुलिस ने बरामद किया. यह जोड़ा एक होटल में 2 दिनों से ठहरा हुआ था. होटल में जोड़े ने पतिपत्नी होना बताया था. दोनों की मौत जहर खाने से हुई. परिजनों को सूचना मिलने पर वे वहां आए. सुसाइड नोट में लिखा था, 'हम अपनी मरजी से अपनी जान दे रहे हैं. इस के लिए किसी को जिम्मेदार न माना जाए.' दोनों के परिजन अपनी संतानों के प्रेमप्रसंग से अनभिज्ञ थे.

ये तो कुछ उदाहरण मात्र हैं. आएदिन समाचारपत्रों और टीवी समाचारों में प्रेमी युगलों द्वारा आत्महत्या करने की घटनाएं सुर्खियां बनती हैं. प्रेम में पागल हुआ प्रेमी हत्यारा भी बन सकता है. जब प्रेम का भूत सिर पर सवार होता है तो वह किसी भी स्तर पर जा सकता है. अपनी जान दे सकता है या किसी की जान ले भी सकता है.

दरअसल, यह प्यार नहीं, बल्कि पागलपन है. अपनी जान देने या दूसरे की जान लेने से क्या आप को आप का प्यार मिल जाता है? तो फिर खुदकुशी या हत्या करने की क्या जरूरत? दोनों ही कानूनन जुर्म हैं. यदि खुदकुशी के प्रयास से बच गए तो मुकदमा चलेगा और अपने प्रेम के वशीभूत हो कर किसी की हत्या करने से स्वयं को फांसी की सजा या आजीवन कारावास की सजा भुगतनी पड़ेगी. इस के बावजूद भी प्यार तो मिलने से रहा.

जो प्रेमी युगल सामूहिक तौर पर खुदकुशी करते हैं, वास्तव में वे कायर होते हैं. यदि वे बालिग हैं तो शादी करने में परिजनों की सहमति या मंजूरी जरूरी नहीं. चाहें तो कोर्ट मैरिज कर सकते हैं. प्यार को शादी कर के ही परवान चढ़ाया जा सकता है, खुदकुशी कर के नहीं. इसलिए खुदकुशी का विचार अपने मनमस्तिष्क में न लाएं. जिंदगी इतनी सस्ती नहीं है कि उसे यों ही बरबाद किया जाए.

माना कि जिस से आप प्यार करते हैं और जिस के साथ जीनमरने की कसमें खाई हैं, वह आप का सब से अजीज है, जिसे आप किसी भी कीमत पर खोना नहीं चाहते. लेकिन कई बार परिस्थितियां इतनी प्रतिकूल होती हैं कि आप को अपने प्यार को खोना पड़ता है. इस का मतलब यह तो नहीं कि दोनों ही सामूहिक रूप से सुसाइड कर लें.

यदि दोनों में से कोई एक बच भी गया तो उसे अपने प्रेमी या प्रेमिका को खोने का दर्द इतना अधिक होगा कि वह उस से कभी उबर ही नहीं पाएगा. इस के विपरीत, यदि आप के प्रेमी या प्रेमिका की शादी कहीं और हो भी जाती है तो उस पर आंसू बहाने के बजाय स्वीकार कर लेने में ही समझदारी है. कुछ समय बाद आप का दर्द कम हो जाएगा. तब आप भी किसी अन्य से शादी कर अपना दांपत्य जीवन शुरू कर सकते हैं. ●

मिलोगे फिर

मिलोगे न फिर,
किसी सुरमई शाम में,
या फिर निशा अंगड़ाई ले कर,
अलसाई जाग रही होगी,
तेरी आंखों में ख्वाहिशों का,
समंदर जब लहराएगा.

मिलोगे न फिर वैसे ही,
आंखों में असंख्य,
दीपों की मालाएं जब जल उठेंगीं,
उजली भोर गुलाब की रंगत लिए,
झिलमिलाएगी.

मिलोगे न,
इन मुसकराहटों,
को मुकम्मल करने,
चूनर में तेरे इश्क का,
सितारा लगाए ओढ़ूगी,
और जब,
उन पर तब रश्मियां नर्तन करेंगी.

मिलोगे न प्रीतम,
रुनझुन पायल के बोल,
जब दिल की वीणा के तार छेड़ेंगे.

बोलो मिलोगे न,
बेकल हिया पंथ निहारेगा,
सावन की रिमझिम,
विरह के स्वर गाएंगे,
बोलो न सच,
सजन मिलोगे न.

– सवि शर्मा ●

देखा था एक सपना

देखा था मैं ने एक सपना,
जीवन के उषाकाल में,
लेकिन अब तक वह न्यून ही था,
मुक्त हो नभ में उड़ने का,
मेरी अभिलाषा पूर्ण थी.

लक्ष्य अर्जुन की चाह है जब तक,
जीने का अभीष्ट अधूरा है,
अंधेरे में है मेरा सपना अब तक,
दिखाई मुझे आलोक किसी ने,
मार्ग मेरा निपट निर्मल हुआ.

निज नभ को धरा पर देख,
पा कर मैं जीवंत ख्वाब को,
प्रफुल्लित मैं अनंत हुआ,
थी इस में मेरे सपने की धूप,
पूर्ण हुआ मेरे जीवन का उद्देश्य.

मिला जो था मुझे चांद सा,
सपने के सफर सफल होने का,
मुखमंडल पर अनुपम मुसकान थी,
देखा था जो एक सपना मैं ने,
उसी का यह साकार स्वरूप था.

–नृपेंद्र अभिषेक 'नृप' ●

मुक्ता में नए अंकुर

के अंतर्गत हम नवोदित कवियों को मौका दे रहे हैं
कि वे कुछ नए उद्गार, नई शैली की कविताएं लिख कर हमें भेजें.
कविताओं में कुछ नयापन हो जो युवाओं की सोच को दर्शाए.

संपादक को कविता भेजने का पता:
दिल्ली प्रैस
ई-8, झंडेवाला एस्टेट,
रानी झांसी मार्ग नई दिल्ली-110055
या
editor@delhipress.biz पर ईमेल करें.
आप हमें 8527666772 पर
व्हाट्सऐप या मैसेज भी कर सकते हैं.

संपादकीय

खेलों में धर्म की दुकानदारी

दुबई में संपन्न टी–20 वर्ल्ड कप क्रिकेट टूर्नामैंट के एक मैच में भारतीय टीम की पाकिस्तान की टीम के हाथों जबरदस्त पिटाई पर पाकिस्तान में बहुत खुशी मनाई गई जो स्वाभाविक है. भारत में बहुत से कट्टरपंथियों को शिकायत है कि पाकिस्तान को सपोर्ट करने वाले भारत के नागरिकों को भी खुशी हुई जो धर्म को देश की सिटिजनशिप से ऊपर रखते हैं. अब वे ढूंढ़ढूंढ़ कर उन युवाओं को पकड़ने की मांग कर रहे हैं जिन्होंने पाकिस्तान की जीत पर भारत में खुशी मनाई.

खेल के मैदान में हारजीत होती रहती है और यह सब का हक है कि वह अपने मनपसंद खिलाड़ी या टीम पर खुशी या गम मनाए. अगर यह पसंद धर्म से जुड़ी भी हो, तो क्या फर्क पड़ता है. अगर भारत के कुछ मुसलमान पाकिस्तानी टीम की जीत पर खुशी मना भी लें, तो क्या फर्क पड़ेगा? क्या इस से भारत टूट जाएगा? क्या भारत में दंगे शुरू हो जाएंगे? क्या इस जीत पर थोड़े से मुसलमानों के ताली बजाने से भारत की आर्थिक तरक्की रुक जाएगी या भारत के तमाम धर्म पिछड़ जाएंगे?

अगर मैच पाकिस्तान और बंगलादेश के बीच हो, तो क्या होगा? भारत के मुसलमान किस को सपोर्ट करेंगे? दोनों के धर्म तो एक ही हैं. हिंदू कट्टरपंथी तब घरों में घुस कर क्या देखेंगे? क्या किसी का दोनों में से एक भी टीम को चीयरअप करना भारत के खिलाफ कृत्य होगा?

इंग्लैंड में जब इंडिया और इंग्लैंड के मैच होते हैं तो पवेलियन इंग्लैंड की नागरिकता लिए भारतीय मूल के दर्शकों से भरे होते हैं जिन के मुंह भारतीय टीम के विकेट गिरने से लटक जाते हैं जबकि भारतीय खिलाड़ी के चौकाछक्का जड़ने पर खुश हो जाते हैं. गोरे अंगरेज तो इस पर होहल्ला नहीं मचाते कि इंग्लैंड की सिटिजनशिप लिए ये लोग भारतीय टीम को क्यों चीयरअप कर रहे हैं.

धर्म, जाति, बोली, रंग, मूल जन्मस्थान के नाम पर खेलों में खामियां खोजना धर्म के दुकानदारों की सोचीसमझी साजिश होती है. देशों के भौगोलिक बौर्डर भी धर्म के आधार पर बनते हैं. कई बार धर्म तो एक ही होता है पर चर्च या मंदिर अलग हो जाते हैं. यूक्रेन और रूस का झगड़ा दोनों के और्थोडौक्स क्रिश्चियन चर्चों के अलगअलग होने की वजह से ही तो है. दरअसल, फुटबौल या किसी भी खेल में धर्म के दुकानदार टांग अड़ा देते हैं ताकि कुछ तो वसूली हो जाए.

कोचिंग क्लासों में मांबाप की जेब खाली

आज पेरैंट्स की जेब पर डाका डालने का एक और तरीका ईजाद कर लिया गया है– परीक्षा पर परीक्षा करने का. अभी पिछले महीने बड़ेबड़े विज्ञापन अखबारों में छपे और शहरों में होर्डिंग लगई गईं कि ये नीट में पहले रैंक लाए, जेईई में ये, फलां में ये. यह पास हुए बच्चों को शाबाशी देने के लिए नहीं हो रहा था, बल्कि यह वे कोचिंग क्लासेस वाले लगा रहे थे जिन के यहां रैंक पाने वाले ये स्टूडैंट्स कभी भी रैगुलर पढ़े थे. वे सिर्फ इस मतलब से यह विज्ञापनबाजी कर रहे थे कि अगले साल के लिए बच्चे अपने मांबाप की जेब काट कर अभी कोचिंग जौइन कर लें, जिन में करोड़ोंअरबों का धंधा होने लगा है.

सवाल यह है कि जब हर राज्य में एक बोर्ड है और वह परीक्षा ले रहा है तो फिर उस के ऊपर किसी और परीक्षा की जरूरत क्या है? वह ही क्यों न एक ही एग्जाम ले जिस का रिजल्ट सभी को एक्सेप्टेबल हो और उसी के सहारे मजदूरी से ले कर इंजीनियरिंग और मैडिकल के कोर्सों में जाया जा सके.

यह इसलिए नहीं किया जा रहा क्योंकि जेब जो काटना है, धंधा बनाना है. दुनियाभर में पढ़ाई के नाम पर गुरुओं ने हमेशा धंधा चमकाया है. उन्होंने बच्चों से बेगार कराई हैं. आज मांबाप की जेब खाली कराई जा रही है और इसलिए पूरी तरह साजिश के तौर पर तरहतरह के एग्जाम हो रहे हैं, ताकि हर बाधा को दूर करने के लिए हाथ पकड़ने वालों की दुकानें खुल जाएं.

सरकार नौकरियों के लिए सैकड़ों तरह के एग्जाम लेती है. हर पोस्ट के लिए अलग एग्जाम और हर एग्जाम के लिए कोचिंग स्कूल. कुछ को ही नौकरी मिलती है, कुछ को ही काम मिलता है. वहीं, जो वाक्पटु हैं, घंटों बोल सकते हैं, वे कोचिंग क्लासेस खोल कर बैठ जाते हैं और फिर ढूंढ़ते हैं कि कैसे धंधे को बढ़ाया जाए.

यह मांबाप पर भारी टैक्स है जो आसानी से 12वीं कक्षा की परीक्षा के समय के साथ तरहतरह के एग्जाम ले कर एक बार में तय हो सकता है पर यह कोई नहीं करना चाहता क्योंकि इस में मोटा पैसा है. मध्य प्रदेश का व्यापमं स्कैंडल तो था ही जिस की आज तक पूरी परतें खुली नहीं क्योंकि उस में नीचे से ऊपर तक के लोग साझीदार हैं और कोई भी रहस्य खुलवाना नहीं चाहता.

15–17 साल के बच्चों को एग्जाम पर एग्जाम दिलवा कर उन के सोचने की ताकत, हाथ साफ करने की तमन्ना, एक अलग होने की सोच को खत्म किया जा रहा है. द्रोणाचार्य की कहानी दोहराई जा रही है. हजार बार, लाख बार कितने ही एकलव्यों के अंगूठे के तौर पर पैसे वसूल लिए गए थे, बिना कुछ सिखाए. ये कोचिंग क्लासेस भी किसी तरह सिर्फ विज्ञापनबाजी के बल पर बिना कुछ पढ़ाएलिखाए सोना बना रही हैं और मांबाप जिंदगीभर की कमाई लुटा रहे हैं. ●

मोटी लड़कियां खूबसूरती में अव्वल

जमाना भले ही छरहरी और स्लिम फिगर वाली लड़कियों का क्यों न हो, पर भरेपूरे शरीर वाली मोटी लड़कियां भी कम आकर्षक नहीं होतीं. सही स्टाइल और तौरतरीके से मोटी लड़कियां भी सब की पसंद बन जाती हैं.

लेख • किरण बाला

माना कि हर लड़की छरहरा बदन चाहती है, लेकिन कई बार न चाहते हुए भी शरीर मोटा या भारी हो जाता है. तमाम कोशिशों के बावजूद मोटापा घटने का नाम नहीं लेता. ऐसे में आप क्या करें? क्या अपने को असुंदर या भद्दी मान कर अपने ही शरीर से नफरत करने लगें या शर्मिंदगी की वजह से घर से बाहर निकलना छोड़ दें? क्या इस का संताप पाल कर बैठ जाएं? ऐसा कुछ भी न करें. आप जैसी भी हैं, अच्छी हैं और उसी रूप में अपने को स्वीकारें.

मोटी युवतियां भी कम आकर्षक नहीं होतीं. भरा हुआ शरीर भी सुंदर लगता है. फिल्मी दुनिया में भी ऐसी कई अभिनेत्रियां हुई हैं जो मोटी होने के बावजूद लोकप्रिय रहीं. टीवी के रिऐलिटी शो में भी अनेक मोटी युवतियां और महिलाएं हैं जो अपनी विशिष्ट अदाओं से दर्शकों का मनोरंजन करती हैं या उन्हें लुभाती हैं.

शरीर से आप भले ही भारी हों लेकिन स्वभाव से हंसमुख हों तो मोटापे के बावजूद आप खूबसूरत लगेंगी. आप की मधुर मुसकान और मीठी वाणी सुंदरता को बढ़ाती ही है और व्यक्तित्व को आकर्षक भी बनाती है. आप अपनी व्यहारकुशलता से लोगों को अपनी तरफ खींच सकती हैं.

ऐसी बात नहीं है कि मोटी लड़कियों को प्यार करने वाले लड़के नहीं मिलते. प्यार किसी के मोटेपन या दुबलेपन को देख कर नहीं किया जाता. प्यार दिल से होता है. उन लड़कों की भी कमी नहीं है जिन की प्रेमिकाएं उन से कहीं अधिक भारी हैं. ऐसे शादीशुदा जोड़े भी कम नहीं हैं. मोटी लड़कियों की विवाहित जिंदगी भी सामान्य और सुखद होती है, इसलिए उन्हें किसी तरह की हीनभावना नहीं पालनी चाहिए.

सुंदरता की कोई परिभाषा नहीं होती. जिस को जो भा जाए वही सुंदर है. यानी हर व्यक्ति के लिए सुंदरता की परिभाषा भिन्न होती है. कोई किसी के चेहरे से प्रभावित होता है तो कोई उस की कदकाठी से. इसी प्रकार कुछ वैयक्तिक गुणों को अहमियत देते हैं तो कुछ उस के रंगरूप को. कुछ की नजर में मोटी लड़कियां अधिक खूबसूरत होती हैं तो कुछ छरहरी लड़कियां पसंद करते हैं. इसलिए आप को चाहने वालों की कमी नहीं है.

यदि आप का कद 5 फुट से कम है तो थोड़ा सा भी बढ़ता वजन आप को मोटी दिखा सकता है. यदि आप लंबे कद की हैं, तो उतना ही वजन बढ़ने पर भी आप मोटी नजर नहीं आएंगी. लेकिन कद को बढ़ाना अपने हाथ में नहीं है, इसलिए छोटे कद की लड़कियों को अपने वजन के प्रति सतर्क रहना चाहिए.

मुक्ता

मोटापा आनुवंशिक भी हो सकता है. यदि ऐसा है तो इस में आप का कोई दोष नहीं. आप लाख कोशिश कर लें, मोटापा कम नहीं होगा. इसी प्रकार, हार्मोन की गड़बड़ी की वजह से भी मोटापा बढ़ सकता है.

कुछ युवतियों में डायबिटीज या थायराइड की वजह से भी मोटापा बढ़ जाता है. इस के अलावा भी कई कारण होते हैं मोटापे के. इन में सब से आम कारण है खानपान, जैसे खाने में अधिक तेल, घी, मक्खन आदि का सेवन करना, फास्ट फूड का शौकीन होना आदि .

यदि आप आरामतलबी जिंदगी जीना पसंद करती हैं, शारीरिक गतिविधियां और व्यायाम से दूर रहती हैं तो भी आप के शरीर पर चरबी चढ़ती जाएगी.

हो सकता है कि कुछ लोग मोटापे की वजह से आप का मजाक उड़ाते हों लेकिन इस पर गुस्सा करने या नाराज होने के बजाय हंस कर टाल देने में समझदारी है.

मोटी युवतियों को अपने पहनावे पर विशेष ध्यान देना चाहिए. उन के स्तनों का आकार काफी बड़ा या भारी होता है, सो उन्हें अच्छी कंपनी की ब्रा पहननी चाहिए ताकि वे कसे हुए रहें. अन्यथा चलतेफिरते, दौड़भाग करते समय वे भद्दे लगते हैं. वैसे, ऐसी दवा नहीं है जिस से इन के आकार को घटाया जा सके.

आप को अपनी चालढाल पर भी ध्यान देना चाहिए. कई बार इस वजह से भी आप हंसी या उपहास का पात्र बनती हैं. यदि आप के नितंब काफी फैले हुए या बाहर की ओर निकले हुए हैं तो ऐसा पहनावा रखें जिस से उन के उभार नजर न आएं. यही बात पेट और कमर के बारे में है. आप अपने पहनावे से इन्हें छिपा सकती हैं. यदि आप मोटी हैं तो आप को अपना सालाना मैडिकल चैकअप यानी स्वास्थ्य परीक्षण कराना चाहिए तथा हर माह अपना वजन चैक करना चाहिए. आप को अपने डाक्टर और डाइटीशियन के निर्देशों का पालन करना चाहिए.

आप का मोटापा और न बढ़े, इस के लिए नियमित रूप से व्यायाम आदि करना चाहिए. चाहे तो इस के लिए जिम या व्यायामशाला जौइन कर सकती हैं.

मोटापा घटाने के लिए डाइटिंग करने की नहीं, सही डाइट का चुनाव करने की जरूरत है. डाइटिंग करने से शरीर कुपोषण का शिकार हो जाता है. शरीर सुस्त और बेजान सा लगने लगता है. डाइटिंग का असर चेहरे पर भी देखा जा सकता है. चेहरे का नूर समाप्त हो जाता है तथा वह बुझाबुझा सा दिखाई देने लगता है. इसलिए संतुलित आहार लें, इस से आप आकर्षक तो दिखेंगी ही, चेहरे का तेज भी बना रहेगा.

उन लड़कियों की भी कमी नहीं है जो कि शादी के पूर्व सामान्य थीं, लेकिन शादी के बाद, खासतौर से एकदो बच्चे होने और औपरेशन करा लेने के बाद, वे मोटी हो जाती हैं. डिलीवरी के बाद उन का शरीर सामान्य अवस्था में नहीं आ पाता और पेट, कमर या नितंब बढ़े हुए ही रह जाते हैं. इसलिए इस बारे में सोचना छोड़ दें. पति के लिए पहले भी आप खूबसूरत थीं और आज भी हैं. उस के प्यार में कमी नहीं आएगी.

मोटापे को एक अभिशाप न मानें. अन्यथा जी नहीं पाएंगी. जो है, सो है. उसे वरदान या अभिशाप बनाना आप के हाथ में है. जैसा सोचेंगी, वैसा महसूस करेंगी. जिंदादिली से जिएं जिंदगी. ●

जब आप कौलिंग से ज्यादा चैटिंग करने लेंग

हाल के दशकों में सोशल मीडिया का क्रेज बढ़ा है. एकदूसरे से जोड़े रखने वाले सोशल मीडिया प्लेटफौर्म और मोबाइल एप्लिकेशंस की भी खासी संख्या बढ़ी है. आज हम अपने दोस्तों, रिश्तेदारों और औफिस कलीग्स से फोन पर बोल कर बात करने के बजाय उन्हें टैक्स्ट मैसेज ज्यादा करते हैं.

एक रिसर्च में पाया गया कि हम किसी से बोल कर बात करने के बजाय लिख कर ज्यादा बात करते हैं, यानी हम अपने स्मार्टफोन और लैपटौप का इस्तेमाल भी मेल भेजने और मैसेज के लिए ही कर रहे हैं. हम वीडियो या वौयस कौल कम कर रहे हैं. लेकिन स्टडी में यह बात सामने आई है कि फोन पर बात करने के बजाय टैक्स्ट मैसेज करने से हमारी सोशल बौंडिंग कमजोर हो रही है. इस की जगह अगर हम बोल कर बातें करें तो रिश्ते मजबूत बनेंगे.

विशेषज्ञों के मुताबिक, लोग अपनों की आवाज के जरिए ज्यादा जुड़ाव महसूस करते हैं. आवाज सुन कर वे सामने वाले के बोलने का भाव समझ पाते हैं. लेकिन लोगों को लगता है कहीं उन के कौल करने से सामने वाला डिस्टर्ब न हो जाए या शायद उन्हें अच्छा न लगे, इस कारण मैसेज कर देना ही सही रहेगा. मैसेज के साथ एक इमोजी भेज देना बहुत फीका सा लगता है. लेकिन वहीं अगर बोल कर उस बात को जतलाया जाए तो अपनापन सा महसूस होता है.

सोशल मीडिया की वजह से लोगों के बीच की दूरियां भले ही कम हो गई हैं लेकिन दिलों की दूरियां बढ़ी हैं. न्यूयौर्क के शोधकर्ताओं का कहना है कि हम समय बचाने के लिए अकसर ईमेल या टैक्स्ट मैसेज भेजना ज्यादा पसंद करते हैं. लेकिन सही मानो में फोनकौल अपनों से जुड़ाव महसूस कराता है.

वैज्ञानिकों ने रिसर्च में कुछ लोगों को उन के पुराने साथियों से फोन पर मेल के जरिए कनैक्ट होने को कहा. कुछ लोगों को वीडियोकौल, टैक्स्ट मैसेज और वौयस चैट से कनैक्ट होने को कहा. इस में पाया गया कि एकदूसरे से बात कर के वे ज्यादा जुड़ाव महसूस कर रहे हैं. यहां तक कि जो लोग सिर्फ वौयसकौल से जुड़े, उन्हें भी साथियों के साथ अच्छी बौंडिंग नजर आई.

लेख • शैलेंद्र सिंह

रिचर्स में ये 4 बातें सामने आई हैं

- लोगों को बोल कर बातें करने में झिझक महसूस होती है.
- असुरक्षा के चलते टैक्स्ट मैसेज भेजते हैं.
- टैक्स्ट चैट से तेज है वौयस चैट में बौंडिंग.
- वौयस चैट में मिसअंडरस्टैंडिंग का खतरा कम है.

बोल कर बात करने के फायदे

- अकेलेपन से छुटकारा.
- तनाव कम.

सोशल मीडिया और चैटिंग एप्लिकेशंस के उभार से लोगों के आपसी कम्युनिकेशन में काफी बदलाव आए हैं. चैटिंग चलाऊ तो है लेकिन कौलिंग के मुकाबले इस में समस्याएं सामने आने लगी हैं.

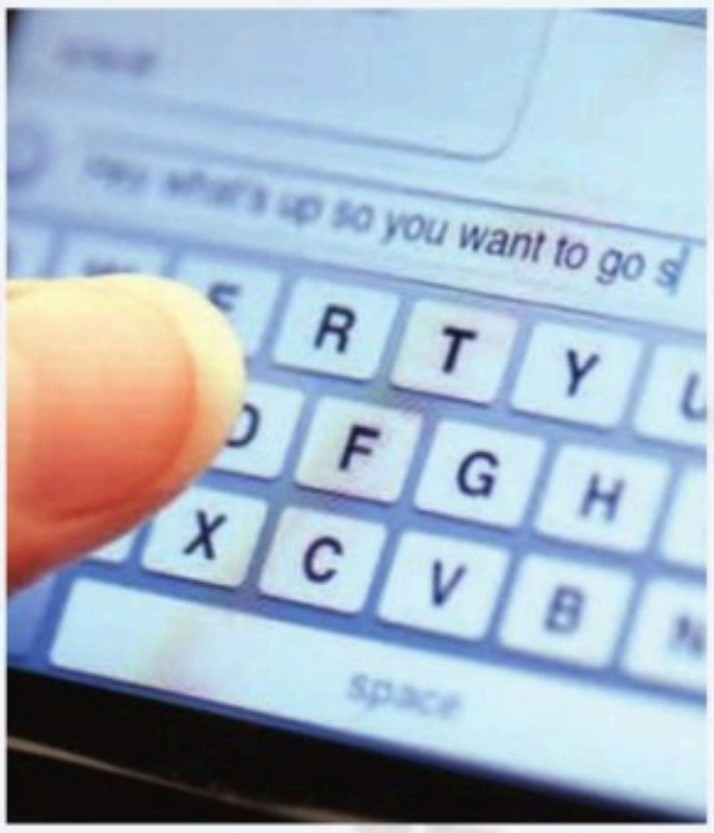
- लोगों से जुड़ा हुआ महसूस करेंगे.
- दोस्तरिश्तेदारों से मजबूत बौंडिंग होगी.

हमें क्या करना चाहिए

- जितना ज्यादा हो सके, बोल कर बात करें.
- औफिस जा कर काम करने में संकोच न करें.
- बोल कर बात करने में झिझक महसूस न करें.
- सामाजिक जुड़ाव कम न होने दें.
- साथ काम करने वाले साथियों से मजबूत बौंडिंग रखें.

रिसर्च में यह भी पाया गया है कि लोग बोल कर बात करने से पीछे हटते हैं. उस की जगह मेल या टैक्स्ट मैसेज का यूज करना ज्यादा पसंद करते हैं. लोगों को लगता है कि बोल कर बात करना भद्दा लग सकता है या फिर सामने वाला उसे गलत समझ सकता है, इसलिए वे बात करने से कतराते हैं.

मैक कोम्ब्स बिजनैस स्कूल में असिस्टैंट प्रोफैसर अमित कुमार कहते हैं कि लोग आवाज वाले मीडिया से ज्यादा कनैक्ट महसूस



करते हैं लेकिन लोगों के अंदर भद्दा लगने और गलत महसूस किए जाने का डर भी होता है. इस के चलते लोग टैक्स्ट मैसेज ज्यादा भेजते हैं. आज सोशल डिस्टैंसिंग भले लोग बरत रहे हैं लेकिन हमें सोशल बौंडिंग की भी जरूरत है.

कोरोना के बाद लोगों की सोशल बौंडिंग कम हुई

अमेरिका लेबर सप्लाई कंपनी ऐडको ने 8 हजार वर्कर्स में वर्क फ्रौम होम को ले कर एक सर्वे किया. इस के मुताबिक, हर 5 में से 4 लोग घर से काम करना चाहते हैं. हालांकि, घर से काम करने में कम्युनिकेशन गैप बढ़ गया है और लोग अकेलेपन का शिकार हो रहे हैं. इस के अलावा वर्क फ्रौम होम से लोगों का फेसटूफेस बात करने का समय भी कम हो गया.

रिमोट वर्किंग में चुनौतियों को ले कर लोग क्या कहते हैं

- कोऔर्डिनेशन और कम्युनिकेशन की कमी.
- अकेलापन.
- कुछ और करते समय नहीं.
- घर पर डिस्टर्बैंस.
- दोस्तों से अलग टाइमजोन.
- मोटिवेट रहने की चुनौती.
- वैकेशन लेने में समस्या.
- इंटरनैट की दिक्कत.
- अन्य और भी.

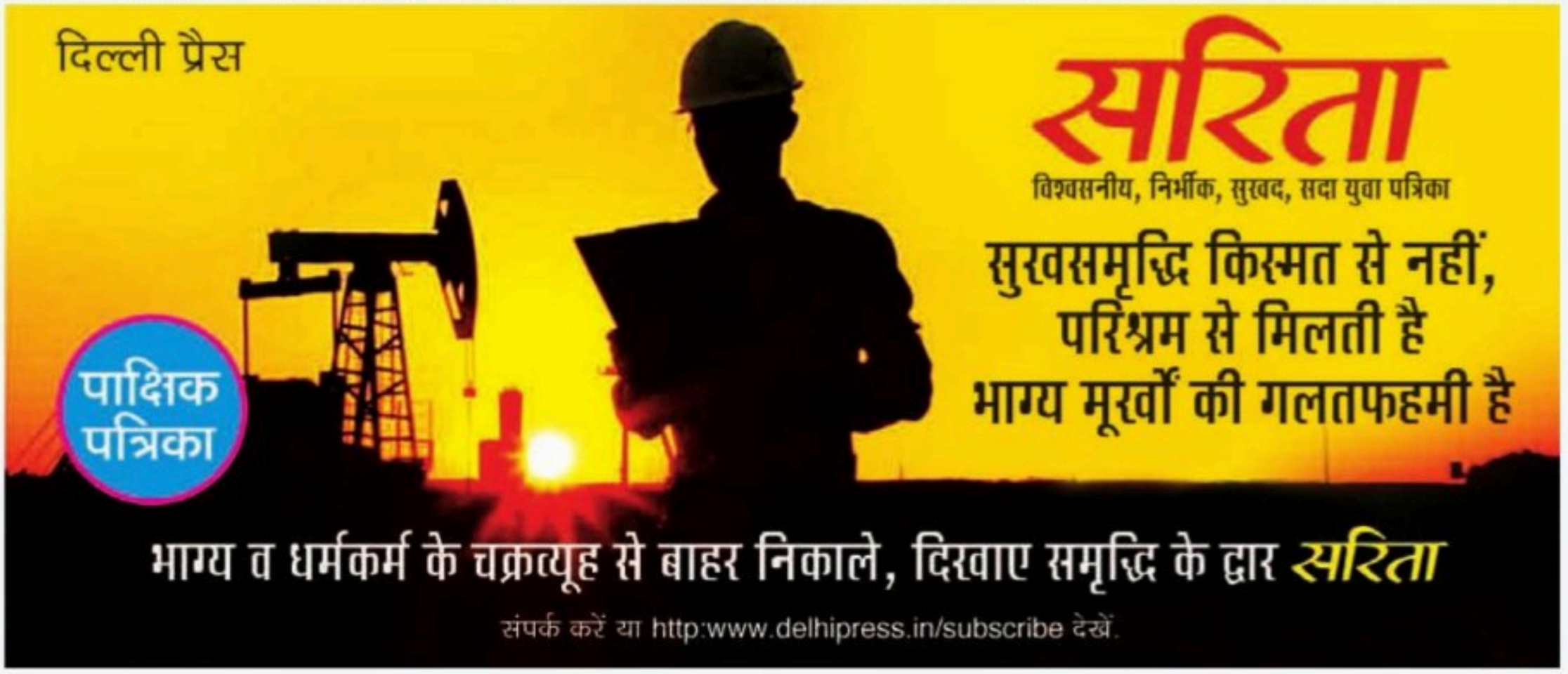
लिख कर बात करने के बजाय बोल कर बात करने के फायदे

- लोगों से ज्यादा जुड़े रहेंगे.
- स्ट्रैस फ्री रहेंगे.
- स्वास्थ्य के लिए अच्छा है.
- अपनापन महसूस करेंगे.

सोशल बौंडिंग के लिए क्या करें

- चैटिंग या टैक्स्ट मैसेज करने के बजाय कौल कर के बात करें.
- अपने दोस्त, रिश्तेदार या सहकर्मियों से फोन कर बात करें तो उन्हें ज्यादा अच्छा लगेगा.

- सोशल मीडिया पर अपना स्क्रीनटाइम कम करें.
- वर्क फ्रौम होम में अगर अकेलापन महसूस हो तो औफिस जा कर काम करें.


दिल्ली प्रैस
सरिता
विश्वसनीय, निर्भीक, सुखद, सदा युवा पत्रिका
सुखसमृद्धि किस्मत से नहीं,
परिश्रम से मिलती है
भाग्य मूर्खों की गलतफहमी है
पाक्षिक
पत्रिका
भाग्य व धर्मकर्म के चक्रव्यूह से बाहर निकाले, दिखाए समृद्धि के द्वार सरिता
संपर्क करें या http:www.delhipress.in/subscribe देखें.

प्यार में जातिधर्म की दीवार का नहीं काम

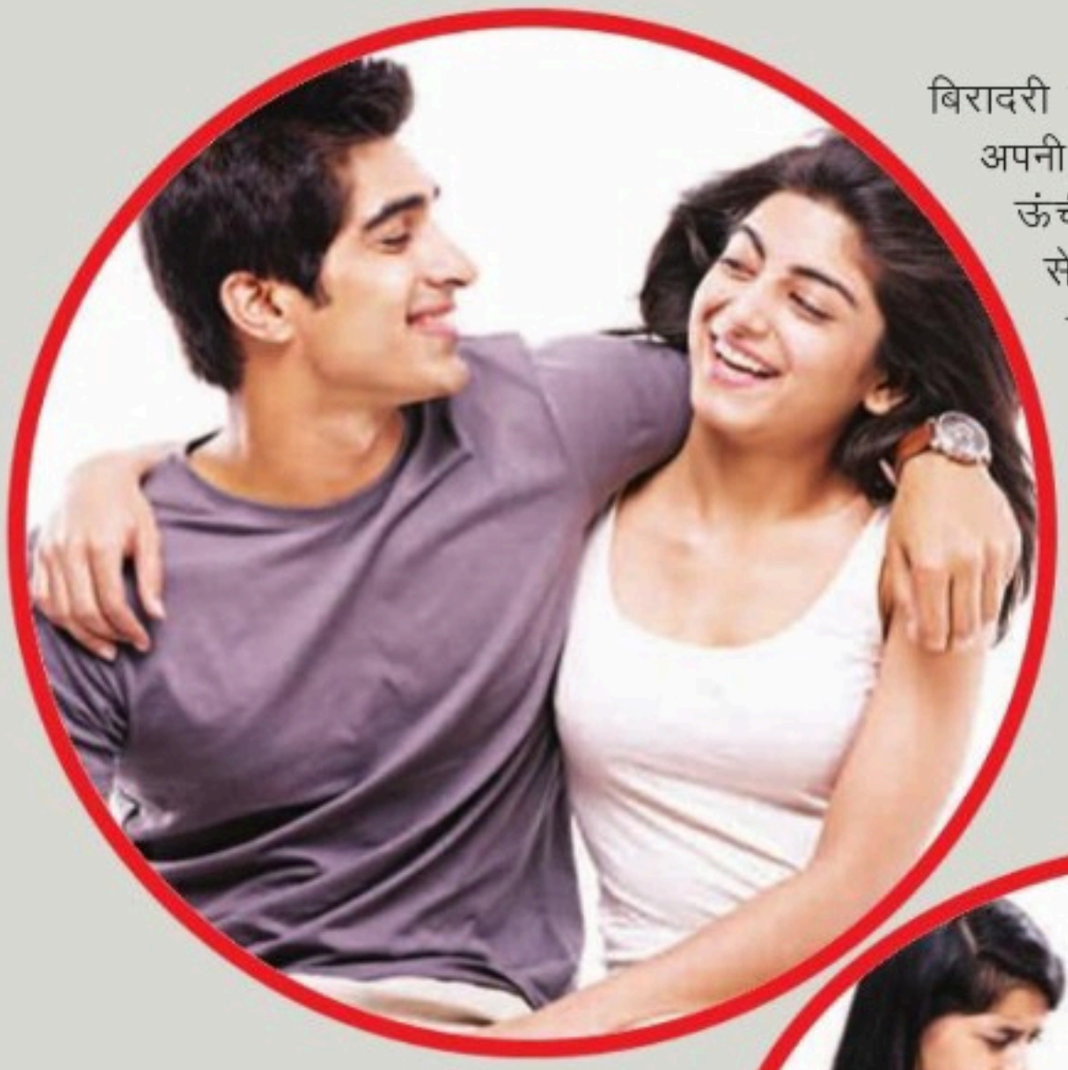
प्यार दो दिलों का मेल है. जब किसी को किसी से प्यार होता है तो वह उस की जातिधर्म से परे होता है. लेकिन जब प्यार को परवान चढ़ाने की बात आती है तो जातिधर्म की दीवार आड़े आ जाती है. ऐसे में कई प्रेमी युगलों को अपने प्यार को दफन करना पड़ता है. क्या इस नफरत की दीवार को तोड़ा नहीं जा सकता?

हमारे देश में जाति और धर्म इस कदर हावी है कि वे दिलों के रिश्तों को समझ ही नहीं पाते. जब कभी किसी अन्य धर्मावलंबी लड़के या लड़की से प्यार की बात सामने आती है तो दोनों ही पक्ष के लोग इसे सिरे से नकार देते हैं.

कट्टरपंथी लोग, चाहे वे किसी भी जातिधर्म के क्यों न हों, अपने धर्म से इतर रिश्ते को कुबूल नहीं करते. उन की सोच को बदलना नामुमकिन है. यदि उन की जातिधर्म का लड़का या लड़की दूसरी जातिधर्म की लड़की या लड़के से शादी कर भी ले तो वे उस के साथ कोई रिश्ता नहीं रखते. वे उसे अपनी धनसंपत्ति से बेदखल या वंचित कर देते हैं. कुछ तो ऐसे जोड़े को अपने जाति और समाज से अलग कर देते हैं.

यदि लड़का और लड़की वयस्क हैं, अपनी मरजी से अन्य जातिधर्म की लड़की से शादी करना चाहते हैं तो लड़की के परिजन लड़के के विरुद्ध अपहरण या बहलाफुसला कर भगा कर ले जाने की एफआईआर दर्ज कराते हैं. यही नहीं, प्रेमी पर बलात्कार या यौनशोषण का मामला भी दर्ज करने से नहीं हिचकते. ऐसे में लड़की लाख दुहाई दे, परिजनों के हाथपैर जोड़े पर वे अपना निर्णय नहीं बदलते.

हमारे एक परिचित हैं. उन की लड़की को दूसरे धर्म के लड़के से प्रेम हो गया. दोनों ने अपने परिजनों को मनाने की कोशिश की. क्योंकि दोनों ही चाहते थे कि उन के परिजन इस खुशी में शामिल हो कर उन्हें अपना प्यार



दें. लेकिन दोनों के ही परिजनों ने इस रिश्ते के प्रति अपनी असहमति व्यक्त की. मजबूर हो कर उन्हें कोर्ट मैरिज करनी पड़ी.

विडंबना देखिए कि न तो वह किसी की बहू के रूप में स्वीकार की गई और न ही बेटी बनी रह सकी, क्योंकि मातापिता ने उस से अपना रिश्ता तोड़ लिया. दोनों ने शादी तो की लेकिन शादी की खुशियां न मिलीं.

हमारे एक मित्र हैं. उन का बेटा डाक्टर है. उसे अपने साथ पढ़ने वाली दूसरे धर्म की लड़की से प्यार हो गया. लड़की वालों ने भले ही रिश्ते के लिए हां कर दी हो लेकिन लड़के वाले अपनी जिद पर अड़ गए कि हम तो अपने धर्म में ही शादी करेंगे. परिणामस्वरूप प्रेमी युगल का संजोया सपना टूट गया.

अमेरिकी थिंकटैंक प्यू रिसर्च सैंटर के अनुसार, भारत में ज्यादातर लोग दूसरे धर्मों में शादी करने के फैसले को सही नहीं मानते हैं. इन में 80 प्रतिशत मुसलिम और 67 प्रतिशत हिंदू हैं. सैंटर ने देश के 26 राज्यों और 3 केंद्रशासित प्रदेशों के 30 हजार लोगों पर सर्वे किया है. सर्वे का शीर्षक 'भारत में धर्म: सहिष्णुता और अलगाव' था, जिस में देश में 17 भाषाएं बोलने वाले लोगों को शामिल किया गया. इस में 67 प्रतिशत हिंदुओं का कहना था कि यह जरूरी है कि हिंदू महिलाओं को दूसरे धार्मिक समुदायों में शादी करने से रोका जाए. वहीं 65 प्रतिशत हिंदुओं ने कहा कि 'हिंदू पुरुषों को भी दूसरे धर्म में शादी नहीं करनी चाहिए.'

उन लोगों की भी कमी नहीं है जो कि अपने ही धर्म में जाति के हिसाब से रिश्ते को मंजूर करते हैं. रिश्ता समान बिरादरी का होना जरूरी है. अपनी बिरादरी से नीचे बिरादरी वाले लड़के को बेटी ब्याहना वे अपनी तौहीन समझते हैं. इसी प्रकार, ऊंची जाति या कुल के लोग अपने से नीची जाति या कुल की लड़की को अपनी बहू बनाना नहीं चाहते. यहां जाति की ऊंचनीच प्यार में बाधक बन जाती है.

ऐसी बात नहीं है कि सिर्फ हिंदू या मुसलिमों में ही कट्टरपंथी लोग हैं. अन्य धर्म जैसे सिख, ईसाई, पारसी, बौद्ध धर्म में भी ऐसे लोगों की कमी

नहीं है. विडंबना देखिए कि उन्हें विदेशी दामाद या विदेशी बहू तो मंजूर है लेकिन अपने ही देश की अन्य जातिधर्म में रिश्ता मंजूर नहीं. जब वे विदेशी लड़केलड़की को अपना सकते हैं तो स्वदेशी खून को अपनाने में क्या बुराई है?

ऐसा एक नहीं, सैंकड़ों उदाहरण हैं जिन में जाति, धर्म की दीवार के कारण युवाओं को अपने प्यार का गला घोंटना पड़ा. इतिहास इस बात का साक्षी है. समय के साथ बहुतकुछ बदल गया है. आज कंप्यूटर, इंटरनैट का युग है. नहीं बदली तो जातिधर्म को ले कर लोगों की सोच.

लोगों को यह बात समझ में क्यों नहीं आती कि न तो कोई धर्म ऊंचा है और न ही कोई नीचा. इसी प्रकार, ऊंचीनीची जाति का भेद हम ने ही बनाया है. इंसान चाहे वह किसी भी जातिधर्म या कुल में पैदा हुआ हो, न किसी से श्रेष्ठ है और न कमतर. हमें अपनी सोच बदलनी चाहिए.

प्यार और शादी एक पवित्र बंधन है. रिश्ते की मिठास तभी है जब हम दूसरी जातिधर्म के रिश्ते को कुबूल करें. अपनी संतानों की खुशी में ही मांबाप को खुशी होनी चाहिए, न कि अपने अड़ियल रवैए की वजह से उन के प्यार और दांपत्य में जहर घोलना चाहिए.

हमें जाति और धर्म के बीच सहिष्णुता बरतनी होगी. जातिधर्म को ले कर नफरत त्यागनी होगी. शादी के बाद यदि लड़की ससुराल के धर्म के साथ अपने धर्म का भी पालन करे तो इस में क्या बुराई है? जब वह ऐसा कर सकती है तो लड़का क्यों नहीं? उसे भी लड़की की जातिधर्म के प्रति आदरसम्मान प्रकट करना चाहिए.

कोई भी धर्म नफरत फैलाने की बात नहीं करता. हर धर्म में शांति, सौहार्द की बात कही गई है तो फिर जातिधर्म को ले कर नफरत क्यों? आप चाहे जिस जातिधर्म या कुल के हों, आप पहले इंसान और भारतीय हैं. यही आप की पहचान है.

यदि आप पर लव जिहाद कानून लागू होता है तो बिना कानूनी तरीके से धर्म परिवर्तन किया विवाह गैरकानूनी माना जाएगा. जैसे उत्तर प्रदेश धर्मांतरण निषेध अध्यादेश 2020 का पालन होना चाहिए. गैरकानूनी तरीके से किए गए धर्म परिवर्तन के बाद की गई शादी को मान्यता नहीं दी जा सकती. अध्यादेश, जो कि अब अधिनियम बन चुका है, की धारा 8 और 9 का अनुपालन करना जरूरी है. कानून की धारा 8 में कहा गया है कि जो व्यक्ति अपना धर्म परिवर्तन करना चाहता है उसे कम से कम 60 दिनों पहले संबंधित जिले के जिलाधिकारी या अतिरिक्त जिला मजिस्ट्रेट को अपनी इच्छा व्यक्त करने के लिए एक निर्धारित फार्म में घोषणापत्र देना होगा. धर्म को बलपूर्वक, जबरदस्ती, किसी प्रभाव या प्रलोभन से बदला नहीं जा सकता.

कानून की धारा 9 में कहा गया है कि धर्म परिवर्तन करने वाले व्यक्ति को संबंधित जिलाधिकारी को धर्म परिवर्तन करने की तिथि के 60 दिनों के भीतर एक निर्धारित फार्म में घोषणापत्र भरना होगा. तभी यह कानूनी माना जाएगा. वैसे, 10 राज्यों में इस तरह के कानून लागू हैं.

–डा. विनोद गुप्ता ●

मैं अपनी गर्लफ्रैंड से बहुत प्यार करता हूं. वह भी मुझे बहुत चाहती तो है लेकिन मुझ से शादी नहीं कर सकती. जबकि मैं शादी कर के लाइफ में सैटल होना चाहता हूं. मैं उस के बगैर जिंदगी नहीं गुजार सकता. कुछ समझ नहीं आ रहा, क्या करूं. कोई निर्णय नहीं ले पा रहा. आप ही कुछ सुझाएं.

आप ने यह नहीं लिखा कि लड़की आप से शादी क्यों नहीं कर सकती. खैर, वजह जो भी हो, यह साफ है कि आप की ख्वाहिश गर्लफ्रैंड के साथ पूरी नहीं हो सकती.

आप को यह समझना होगा कि हर लवस्टोरी का दी एंड शादी नहीं होता और न ही हर लवस्टोरी हैप्पी एंडिग वाली होती है. कभीकभी इतने ज्यादा अप्स एंड डाउंस आते हैं कि ऐसा लगता है मानो अब सब खत्म हो गया है लेकिन 'द शो मस्ट गो औन.' किसी के आने या जाने से कभी जिंदगी न रुकी है न कभी रुकेगी. जीना तो हर हाल में पड़ता है तो क्यों न मुसकरा कर जिया जाए.

आप लाइफ में सैटल होना चाहते हैं तो इस रिलेशनशिप पर स्टौप लगा दें. आप दोनों का अलग होना ही ठीक है. कोई और लाइफपार्टनर ढूंढ़िए और लाइफ में आगे बढ़िए. जीने का यही सही तरीका है.

मेरी गर्लफ्रैंड और मेरे बीच सब ठीक चल रहा था. कोरोना लहर के दौरान उसे कोरोना हो गया. उस दौरान मिल नहीं सकते थे, इसलिए नहीं मिले. लेकिन फोन पर कौंटैक्ट बनाए हुए थे. एक महीने बाद वह ठीक हो गई. मैं ने मिलने की बात कही तो कहने लगी, 'अभी नहीं, थोड़े दिनों बाद मिलेंगे.' 2 महीने बाद मैं ने फिर मिलने के लिए कहा तो बात टालने लगी.

मैं ने अब कारण जानना चाहा कि वह ऐसा क्यों कर रही है तो उस ने बताया कि कोरोना के बाद उस के बाल तेजी से झड़ गए हैं. वह नहीं चाहती कि मैं उसे ऐसी हालत में देखूं. वह नहीं चाहती कि उस की ऐसी हालत देख मेरे दिल में उस के प्रति प्यार कम हो जाए.

तब मैं ने उसे समझाया कि मैं उस से प्यार करता हूं. बालों का क्या है, फिर आ जाएंगे, बहुत ट्रीटमैंट मौजूद हैं. वह मेरी बात सुन कर खुश हो गई और अब जल्दी मुझ से मिलने की बात कही.

मैं ने उस से कह तो दिया लेकिन मैं खुद बेचैन हूं. मैं उसे ऐसी हालत में कैसे देखूंगा. मैं तो अपने मम्मीडैडी से हमारी शादी की बात करने वाला था. अब कैसे करूंगा उस की यह हालत देख कर. मन पर बहुत बोझ सा लग रहा है. क्या करूं? आप ही मुझे इस हालत से निकाल सकते हैं.

आप बेवजह ही परेशान हो रहे हैं. कोरोना के बाद कई साइड इफैक्ट्स देखने में आ रहे हैं. उन में से एक महिलाओं में बाल झड़ना है. लेकिन डेढ़दो महीने के बाद बाल झड़ना बंद हो जाते हैं और नए बाल आना शुरू हो जाते हैं. आप की गलफ्रैंड के साथ भी ऐसा हो रहा है. इसलिए बालों को ले कर आप को घबराने की जरूरत नहीं, वे वापस आ जाएंगे. हां, पूरी तरह आने में सालभर लग सकता है.

मम्मीपापा से अभी शादी की बात मत कीजिए. जहां इतना इंतजार किया है, थोड़ा और सही. आप यह सोचिए कि गर्लफ्रैंड का इस मुसीबत

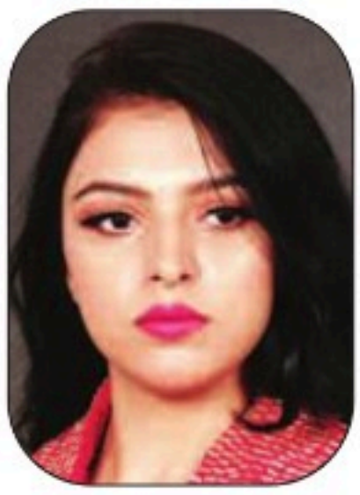
के वक्त साथ दे कर आप उस की नजरों में कितना ऊपर उठ गए हैं. उस के दिल में आप के लिए प्यार कितना अधिक बढ़ गया होगा. आप की गर्लफ्रैंड अब जिंदगीभर आप का हाथ थामे रहेगी, क्या यह बात आप को छोटी लगती है. सच्चा प्यार करने वाला लाइफ पार्टनर मिलना बहुत बड़ी बात होती है.

यदि अभी आप उसे इस हालत में नहीं देखना चाहते तो अच्छा यह रहेगा कि आप उस से कहें कि अपने बालों का ट्रीटमैंट अच्छी तरह ले और जब वह खुद को आप से मिलने में अच्छा महसूस करे, तभी मिलें. तब तक फोन पर कौंटैक्ट बनाए रखें, चैटिंग करें. आप की गर्लफ्रैंड को भी अच्छा लगेगा और आप भी एक औक्वर्ड सिचुएशन से बच जाएंगे.

मैं 24 वर्षीय नौजवान हूं और पापा का बिजनैस संभाल रहा हूं. मेरे सभी दोस्तों की गर्लफ्रैंड हैं लेकिन मेरी कभी कोई गर्लफ्रैंड नहीं बनी. ऐसी बात नहीं कि मैं देखने में अच्छा नहीं लगता बल्कि मेरी पर्सनैलिटी देख कर सब कहते हैं कि मैं छिपा रहा हूं कि मेरी गर्लफ्रैंड नहीं है. उन्हें क्या पता कि मेरी वाकई में कोई गर्लफ्रैंड नहीं. मुझे अच्छा नहीं लगता. इस वजह से आजकल मैं उदास रहने लगा हूं. लाइफ बोर लगने लगी है. अभी शादी भी नहीं करना चाहता. क्या करूं?

आप जिंदगी से नाराज क्यों हैं. गर्लफ्रैंड नहीं है तो न सही, इस में उदास होने की क्या बात है. आप अकेले हैं क्या जिस की गर्लफ्रैंड नहीं है. आप जैसे हजारों लड़के होंगे. क्या वे जिंदगी के मजे नहीं उठा रहे. अरे भई, क्या कभी सोचा है कि गर्लफ्रैंड के न रहने से आप की जिंदगी कितनी बेहतर हो सकती है? नहीं जानते तो हम बताते हैं. सब से बड़ा फायदा यह है कि गर्लफ्रैंड न होने से आप किसी भी लड़की के साथ घूमफिर सकते हैं. आप को हर वक्त कोई रोकनेटोकने वाला नहीं होता. दूसरा, आप कभी भी नाइटआउट के लिए बाहर जा सकते हैं.

इतना ही नहीं, आप को अपने दोस्तों से मिलने के लिए किसी को जवाब नहीं देना पड़ता. तीसरा, आप की जिंदगी में अगर लड़की न हो तो आप अपने हिसाब से रह सकते हैं. आप को किसी की पसंद से कुछ भी पहनने की जरूरत नहीं होती. चौथी बात, पैसों की बचत तो है ही. गर्लफ्रैंड को खुश रखने के लिए जेब तो ढीली करनी ही पड़ती है और आखिरी बात, गर्लफ्रैंड न होने का सब से बड़ा फायदा यह है कि आप के पास अपने लिए काफी समय होता है. आप जो चाहे वह कर सकते हैं.



मैं और मेरा बौयफ्रैंड तामझाम के साथ शादी नहीं करना चाहते. वैसे भी कोरोना के कारण हम ने कोर्ट मैरिज का निर्णय लिया है. हम जानना चाहते हैं कि कोर्ट में शादी करने के लिए क्याक्या चाहिए?

कोर्ट मैरिज के लिए चाहिए :

- पहचान प्रमाणपत्र.
- कम्पलीट आवेदनपत्र और अनिवार्य शुल्क.
- दूल्हादुल्हन के पासपोर्ट साइज के 4 फोटोग्राफ्स.
- जन्म प्रमाणपत्र या मार्कशीट दसवीं की.
- शपथपत्र जिस से साबित हो कि दूल्हादुल्हन में कोई भी अवैध रिश्ते में नहीं है. ●

SMS/WHATSAPP +918527666772

आप अपनी प्रेम समस्याएं, संपादकीय विभाग, मुक्ता, दिल्ली प्रैस भवन, ई–8, रानी झांसी मार्ग, झंडेवाला एस्टेट, नई दिल्ली–110055 पर भेजें. SMS/Whatsapp से भी भेज सकते हैं. ईमेल द्वारा mukta@delhipress.in पर भेजें. नाम गुप्त रखा जाएगा.

परमानैंट दोस्त हैं जरूरी

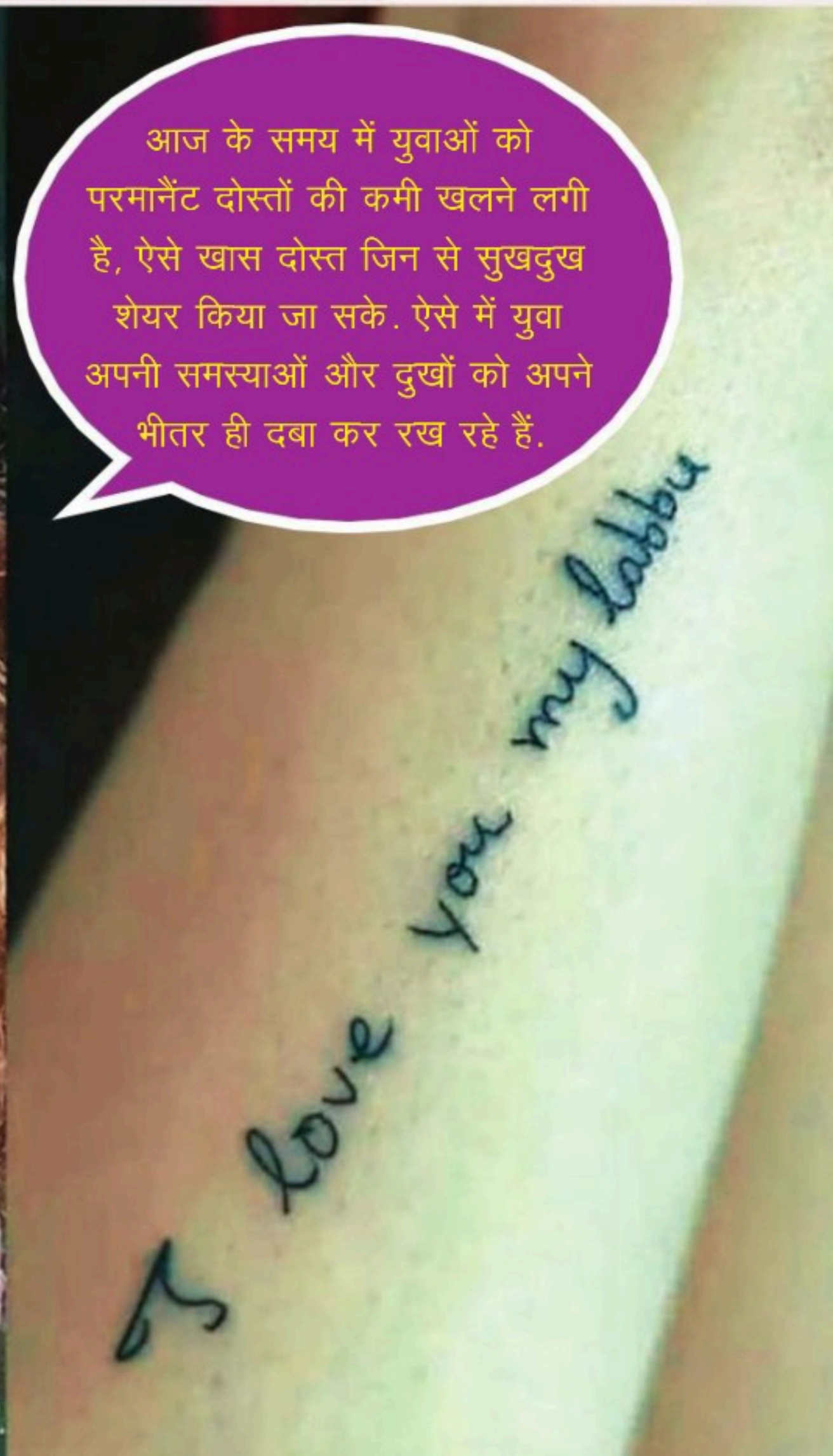
'आई लव यू माय लब्बू' लिखा टैटू जब बौलीवुड अभिनेत्री जाहनवी कपूर ने सोशल मीडिया के जरिए अपने फैंस को दिखाया तो यह टैटू चर्चा का विषय बन गया. जिस समय जाहनवी ने यह टैटू अपने फ्रैंड्स को शेयर किया, उस समय वह छुटिट्यां मनाने गई थी. छुटिट्यों में भी जाहनवी अपनी मां को ही याद करती रही. 'आई लव यू माय लब्बू' लिखे टैटू का संबंध जाहनवी की मां श्रीदेवी से है.

जब श्रीदेवी जिंदा थीं, उस समय उन्होंने जाहनवी को लिखा था, 'आई लव यू माय लब्बू'. श्रीदेवी के न रहने के बाद जाहनवी ने इस लाइन को ही अपना टैटू बनवा लिया. श्रीदेवी अपनी बेटी जाहनवी को प्यार से उस के निकनेम 'लब्बू' से ही बुलाती थीं. इस टैटू के जरिए जाहनवी कपूर अपनी मां को याद करती हैं. श्रीदेवी ने अपने जीवित रहते जाहनवी कपूर के लिए यह लिखा था, ''मैं तुम से बहुत प्यार करती हूं प्यारी लब्बू, तुम दुनिया की सब से अच्छी बच्ची हो.''

जाहनवी कपूर का जन्म 7 मार्च, 1997 को हुआ था. उस की मां का नाम श्रीदेवी और पिता का नाम बोनी कपूर है. जाहनवी कपूर आज हिंदी फिल्मों की प्रतिभाशाली अभिनेत्री हैं. जाहनवी ने 2018 में पहली फिल्म 'धड़क' से अपने अभिनय की शुरुआत की थी. इस फिल्म के लिए जाहनवी को 'बेस्ट डैब्यू अवार्ड' दिया गया था.

जाहनवी के परिवार में भाई अर्जुन कपूर

आज के समय में युवाओं को परमानैंट दोस्तों की कमी खलने लगी है, ऐसे खास दोस्त जिन से सुखदुख शेयर किया जा सके. ऐसे में युवा अपनी समस्याओं और दुखों को अपने भीतर ही दबा कर रख रहे हैं.



फिल्मों में अभिनय करते हैं. इस के अलावा उस के चाचा अनिल कपूर और संजय कपूर भी फिल्मों में हैं. जाहनवी की पढ़ाई मुंबई के धीरूभाई अंबानी इंटरनैशनल स्कूल से हुई. जाहनवी ने कैलिफोर्निया के 'ली स्ट्रैसबर्ग थिएटर एंड फिल्म इंस्टिट्यूट' में ऐक्टिंग की पढ़ाई पूरी की थी.

जाहनवी कपूर हिंदी फिल्म 'धड़क', कौमेडी हौरर फिल्म में रूही अफजा, बायोपिक 'गुंजन सक्सेना : द कारगिल गर्ल' में गुंजन सक्सेना की भूमिका में काम कर चुकी हैं. नैटफ्लिक्स एंथोलौजी फिल्म 'घोस्ट स्टोरीज' में जोया अख्तर के सेगमैंट में भी अभिनय किया है. इस के अलावा अब वे करण जौहर की फिल्म 'तख्त' में एक गुलाम लड़की का किरदार निभा रही हैं.

रोमांटिक कौमेडी फिल्म 'दोस्ताना' के सीक्वैंस में कार्तिक आर्यन और लक्ष्य लालवानी के साथ काम कर रही हैं. 24 साल की उम्र में जाहनवी कपूर ने अपनी एक अलग पहचान बना ली है. फिल्मी दुनिया में उन के बहुत सारे मित्र हैं. घरपरिवार भी है. इस के बाद भी उन्हें अपनी मां से अच्छा कोई और दोस्त मिला नहीं.

श्रीदेवी मां नहीं दोस्त

श्रीदेवी का जन्म 13 अगस्त, 1963 को हुआ था. श्रीदेवी ने 1975 में फिल्म 'जूली' से बाल अभिनेत्री के रूप में प्रवेश किया था. उन्होंने बाद में तमिल, मलयालम, तेलुगू, कन्नड़ और हिंदी फिल्मों में काम किया. अपने फिल्मी कैरियर में उन्होंने 63 हिंदी, 62 तेलुगू, 58 तमिल, 21 मलयालम तथा कुछ कन्नड़ फिल्मों में भी काम किया.

श्रीदेवी को फिल्मों की 'लेडी सुपरस्टार' कहा जाता है. उन्होंने 5 फिल्मफेयर पुरस्कार प्राप्त किए. उन्हें लोकप्रिय अभिनेत्री माना जाता है. 2013 में भारत सरकार ने उन्हें पद्मश्री सम्मान दिया. उन की प्रमुख फिल्मों में 'हिम्मतवाला', 'सदमा', 'नागिन', 'निगाहें', 'मिस्टर इंडिया', 'चालबाज', 'लम्हे', 'खुदागवाह' और 'जुदाई' हैं. 24 फरवरी, 2018 को दुबई में श्रीदेवी का निधन हो गया.

श्रीदेवी अपने कैरियर की ही तरह से अपने परिवार का भी ध्यान रखती थीं. वे काफी समय परिवार और अपनी बेटियों को देती थीं. दुबई भी वे पति बोनी कपूर, बेटी खुशी और भतीजे मोहित के साथ शादी के एक समारोह में हिस्सा लेने गई थीं. उन की बड़ी बेटी जाहनवी उस समय उन के साथ नहीं थी. मां के न रहने के बाद जाहनवी अकेली पड़ गई. मां के साथ अंतिम समय न रहने का दर्द उसे था.

अब उस ने अपनी मां की याद में अपने हाथों से लिखा टैटू बनवा कर याद किया. युवाओं में अपने पेरैंट्स के साथ लगाव बढ़ता जा रहा है. इस की वजह यह है कि अब उन के पास परमानैंट दोस्तों की कमी होने लगी है. जाहनवी जैसे कई युवा अपने पेरैंट्स को खोने के बाद उन की याद में डूबे रहते हैं.

परमानैंट दोस्त की कमी

युवाओं के अकेले परमानैंट दोस्त अब पेरैंट्स ही रह गए हैं. पति, पत्नी और पेरैंट्स के अलावा जो दोस्त होते हैं, वे कुछ घंटों के लिए होते हैं. यही नहीं, ये सभी दोस्त अपने मतलब के लिए दोस्ती करते हैं. बच्चे भी उदार और सपोर्टिव पेरैंट्स के साथ चिपके रहना पंसद करते हैं.

श्रीदेवी ने कम उम्र में ही काम शुरू किया था. परिवार का कोई बहुत सहयोग नहीं था. इस के बाद भी श्रीदेवी ने न केवल फिल्मों में नाम कमाया, बल्कि अच्छी मां के रूप में भी पहचान बनाई. आज के युवा इस तरह की जिम्मेदारी उठाने से बचते हैं. उन के पास जो दोस्त होते हैं, वे उन के वर्किंगप्लेस के होते हैं. ये कोई परमानैंट दोस्त नहीं होते. परमानैंट दोस्तों की संख्या अब कम होती जा रही है. काम खत्म होते ही दोस्त बदल जाते हैं. इस वजह से जब किसी तरह का दुख हो, इमोशनल सहयोग की जरूरत हो तो दोस्त की कमी खलने लगती है.

युवाओं के सब से पहले परमानैंट दोस्त उन के पेरैंट्स होते हैं. इस के बाद शादी होने के बाद पतिपत्नी के रूप में परमानैंट दोस्त मिलते हैं. यही वजह है कि पेरैंट्स एक तय समय पर बच्चों की शादी कर देना चाहते हैं. आज के दौर में बच्चे पहले कैरियर बनाना पसंद करते हैं. इस के बाद वे शादी की सोचते हैं. कैरियर में भी कंपीटिशन बढ़ गया है. ऐसे में उन को कैरियर बनाने में भी समय लगने लगा है.

इस बीच अगर पेरैंट्स के साथ कोई हादसा हो जाए, बच्चे अकेले पड़ जाते हैं. जिन को पतिपत्नी के रूप में परमानैंट दोस्त मिल जाते हैं उन को कम दिक्कत का सामना करना पड़ता है. अगर पतिपत्नी और पेरैंट्स में से कोई भी साथ न हो तो जीवन से परमानैंट दोस्त एकदम से खत्म हो जाते हैं, जिस की वजह से युवा दिक्कत में आ जाते हैं.

इसलिए, यह जरूरी हो गया है कि जीवन में परमानैंट दोस्त हों. ये कभी गलत सलाह नहीं देंगे. मुसीबत में साथ, हिम्मत और सहयोग देंगे. पेरैंट्स हमेशा नहीं रह सकते. युवाओं को शादी से दूर नहीं भागना चाहिए. पेरैंट्स के बाद पतिपत्नी आपस में एकदूसरे के परमानैंट दोस्त होते हैं, जो हर सुखदुख में साथ देते हैं.

वर्किंगप्लेस के दोस्त भी महज दोस्त ही होते हैं. इन पर पूरी तरह से भरोसा नहीं किया जा सकता. युवाओं को परमानैंट दोस्तों के साथ रहने की कोशिश करनी चाहिए. वही मुसीबतों से बाहर निकाल सकते हैं. अकेलापन दूर कर सकते हैं. परमानैंट दोस्तों की कमी कई तरह की मानसिक बीमारियां ले कर आती है. इन से बचने के लिए भी परमानैंट दोस्तों का जीवन में होना जरूरी होता है.

–शैलेंद्र सिंह ●

प्यूबिक एरिया ऐसे रखें सौफ्ट

प्यूबिक एरिया की स्किन साफ, कोमल और चिकनी चाहती हैं तो बिकिनी वैक्स बैस्ट औप्शन है. बिकिनी वैक्स से प्राइवेट पार्ट और प्यूबिक एरिया के बालों को हटाने से पहले कुछ बातों का रखें ध्यान.

लेख • किरण आहूजा

शरीर के अनचाहे बालों को हटाने के लिए लड़कियां वैक्सिंग तो करती हैं लेकिन लड़कियों में प्यूबिक एरिया के बालों को हटाने का ट्रैंड अब काफी बढ़ गया है. इसे बिकिनी वैक्स कहते हैं. बिकिनी वैक्स का मतलब प्राइवेट पार्ट और उस के आसपास के अनचाहे बालों को वैक्स की मदद से साफ करने की प्रक्रिया से है.

स्विमिंग करने वाली लड़कियों के बीच इस वैक्स का चलन ज्यादा है. बिकिनी वैक्स कराने के बाद प्यूबिक एरिया और उस के आसपास की स्किन साफ, कोमल और चिकनी हो जाती है. इस के अलावा, यदि आप बिकिनी पहनने की प्लानिंग कर रही हैं तो आप को यह वैक्स जरूर करानी चाहिए. लेकिन हाथ व पैरों की वैक्सिंग करने या कराने के मुकाबले बिकिनी लाइन की वैक्सिंग कराने में कुछ बातों का खास ध्यान रखने की जरूरत है.

तरहतरह की बिकिनी वैक्स

प्यूबिक हेयर को हटाने के लिए कई प्रकार की वैक्स उपलब्ध हैं.

▼ **नौर्मल बिकिनी वैक्स** : इस में पैंटीलाइन के आसपास के बाल साफ होते हैं. यह जांघ के ऊपर वाला एरिया होता है. स्विमिंग करने वाली ज्यादातर लड़कियां इस का इस्तेमाल करती हैं. इस का फायदा यह है कि स्विम सूट पहनने पर बाल नजर नहीं आते और आप बिना किसी फिक्र के स्विमिंग को एंजौय कर सकती हैं.

▼ **ब्राजीलियन बिकिनी वैक्स** : इस में सारे प्यूबिक हेयर साफ हो जाते हैं. पैंटी पहनने के बाद कोई बाल दिखाई नहीं देता. सफाईपसंद लड़कियों के लिए यह अच्छा विकल्प है क्योंकि इस से प्राइवेट एरिया की त्वचा साफ और चिकनी हो जाती है.

▼ **फ्रैंच बिकिनी वैक्स** : इस से प्राइवेट पार्ट के सभी बाल साफ तो हो जाते हैं लेकिन फ्रंट पर यह एक हेयरस्ट्रिप को छोड़ देता है जिस का आकार आकर्षक होता है.

▼ **मिनी ट्रायंगल बिकिनी वैक्स** : पार्टनर को आकर्षित करने के लिए यह एक अच्छा स्टाइल साबित होता है. इसे फुल ब्राजीलियन वैक्स भी कहते हैं. इस में वैजाइना के ठीक ऊपर त्रिकोण छोड़ कर बचे बालों को वैक्स कर के निकाला जाता है.

बिकिनी वैक्स के फायदे

बिकिनी के फायदे सुंदर दिखने के साथ ही सेहत के लिए भी महत्त्वपूर्ण हैं. वैक्स करने या कराने से बिकिनी एरिया में गंदगी जमा नहीं हो पाती. नतीजतन उस एरिया में इन्फैक्शन होने का खतरा नहीं रहता. प्राइवेट पार्ट और आसपास की स्किन साफ व मुलायम हो जाती है.

इस के अलावा और भी कई फायदे हैं.

- प्राइवेट पार्ट क्लीन रहने से पीरियड के दौरान भी किसी तरह की इरिटेशन नहीं होती है और अच्छा महसूस होता है.
- शेविंग की तुलना में ज्यादा बेहतर है. इस से स्किन एक्सफोलिएट हो जाती है और दोबारा आने वाले बाल पतले व कमजोर होते हैं.
- प्यूबिक एरिया पर कालेपन को कम करने में यह मदद करती है.
- बाल जड़ से हट जाते हैं. किसी तरह के कठोर बाल नहीं रहते, बल्कि बिकिनी एरिया की स्किन स्मूथ हो जाती है.
- न केवल बाल रिमूव होते हैं बल्कि इस हिस्से की डेड स्किन सैल्स से छुटकारा पाने में भी मदद मिलती है.

बिकिनी वैक्स के बाद क्या करें –

अगर आप सोच रही हैं कि सिर्फ वैक्स करने से आप का काम खत्म हो गया तो आप गलत हैं क्योंकि बाकी शरीर के मुकाबले बिकिनी वैक्स के बाद ज्यादा खयाल रखने की जरूरत होती है, जैसे–

- पार्लर में प्यूबिक हेयर हटाने के बाद खास क्रीम या फिर तेल की मालिश की जाती है ताकि वहां की त्वचा ड्राई न हो. घर पर बिकिनी वैक्स करने के बाद त्वचा को पानी से साफ करें और एलोवेरा जेल या फिर कोई अच्छा सा मौइश्चराइजर लगा लें.
- अगर आप को बिकिनी एरिया में जलन हो रही है तो आप टी बैग लगा कर इसे शांत कर सकती हैं या फिर बर्फ से भी सिकाई कर सकती हैं.
- वैक्स की गई स्किन को तुरंत धूप के संपर्क में न लाएं खासतौर से शुरू के 24 घंटे तक.
- अगर आप पूल या बीच पर जाने की प्लानिंग कर रही हैं तो वैक्सिंग के एक दिन बाद जाने का प्लान बनाएं.
- अगर वैक्सिंग के कुछ दिनों तक प्यूबिक एरिया में इन्फैक्शन, बुखार, दर्द और सूजन महसूस हो तो तुरंत डाक्टर से संपर्क करें.
- एक्सफोलिएटिंग स्क्रब आप की त्वचा पर बैक्टीरिया और तेल की मात्रा को कम कर के पोस्ट वैक्सिंग जलन को कम करने में मदद कर सकता है. ●

377

कहानी • मनोज शर्मा

जैसे ही वासु के पिता को पता चला कि वह गे है तो उसे घर से निकाल दिया और संपत्ति से भी बेदखल कर दिया. वासु और शार्लिन वकील अमरकांत से मिले. क्या वासु को अपने दादू की संपत्ति मिल सकी? आखिर 377 मामला है क्या?

रद की बूंदें जैसे ही तुम्हारी जुल्फों से होती हुई तुम्हारे कंधे पर गिरती हैं, तुम्हारा चेहरा एकाएक खिल जाता है. सफेद ओस में तुम्हारे दाएं कपोल पर उभरा तिल अब और अधिक गहरा गया है, जैसे आसमान में काला मेघ कुछ देर के लिए ठहर गया हो. जैसेजैसे आगे बढ़ता हूं, कोहरे से ढका तुम्हारा चेहरा कहीं दूर जाता दिखता है... पर अगले ही पल फिर तुम्हारी हंसती आंखें मेरे सामने आ जाती हैं.

अब लोग क्या कहेंगे, ये कहेंगे या ऐसा कहेंगे, इसी जुगत में आदमी पूरी जिंदगी निकाल देता है. आदमी के भीतर का हाल और ऊपर वाले के प्रति उस की कितनी श्रद्धा है, यह वह ही जानता है पर हर ओर अंधभक्ति है.

एक ने कहा, दूसरे ने माना और फिर हर ओर कौपीपेस्ट. 'चांद में दाग है लेकिन आप में तो वो भी नही.' यह प्रेयसी का सम्मान है या अपमान. हर ओर खोखलापन. फौजी कवायद मात्र कहनेभर के लिए या दिखाने के लिए. अब जीना इतना मुश्किल भी नहीं कि हरेक को अपराधी की नजर से तराशा जाए.

कोई ऐसा है या वैसा है या उस जैसा नहीं है, पर शायद कुछ तो अलग है. किसी का होना और सब जैसा हो कर रहना तो सामान्य सी बात है, पर अलग होने में बात कुछ अलग है और फिर कुछ होना, कुछ न होने से अधिक बेहतर है. किसी का होना ही सार्थकता है और यही सत्य है.

कमरे से बाहर बालकनी की ओर बढ़ते हुए शार्लिन ने रेलिंग को छुआ और बाहर की ओर ताकने लगा. सिगरेट का कश खींचते हुए उस ने मेरे उदास चेहरे की ओर देखते हुए पूछा, ''क्या हुआ? आज फिर बात हुई क्या घर वालों से?'' वासु यानी मैं चुपचाप देखता रहा.

''कुछ बताओ भी?'' पूछते हुए शार्लिन ने धुआं बाहर उड़ेल दिया.

''क्या हमारा ऐसा होना कोई पाप है? आखिर हम ने क्या गुनाह कर दिया?''

''ऐसा होना... क्या बहुत बड़ी कमी है हम में?''

शार्लिन गंभीरता से देखते हुए कमरे में लौट कर बिस्तर पर बैठ गया. डायरी को खोल कर वह किसी खास पेज पर बने सर्कल को गहराई से देखने लगा.

सिगरेट के अंतिम कश को पीते हुए उस ने पास रखी ऐश ट्रे में बुझा दिया और मेरी

तरफ देख कर बोला, ''अच्छा तुम बताओ कि क्या चाहते हो?''

सिगरेट के अंतिम जर्रे ऐश ट्रे में दम तोड़ रहे थे. कम होता धुआं कमरे में घिर कर सिमटने लगा था.

मैं ने शार्लिन से पूछा, ''तुम तो खुश हो न?''

''यह कैसी बात कर रहे हो?'' शार्लिन ने डायरी को बंद करते हुए कहा.

''तुम मुझे कितने सालों से जानते हो, शायद 7 या इस से भी अधिक?''

''हां... हां, फिर?'' शार्लिन चौंक कर बोला.

''नहीं... नहीं, जाने क्यों लगा कि कहीं तुम भी मुझ से नाराज तो नहीं.''

''कोई बात हुई क्या पापा से कल?'' शार्लिन ने मुझे देखते हुए पूछा.

''उन का फोन आया था? हां, बात हुई थी. बल्कि मैं ने ही फोन किया था उन्हें. वे मुझ से खुश नहीं हैं शायद. जैसा मैं हूं उस से. उन्होंने मुझे नहीं सुना. मैं जैसा हूं, उन्हें वैसा नहीं चाहिए. शायद मुझ से कुछ दूसरी ही उम्मीद है.''

''कैसी उम्मीद? और हां, तुम कैसे हो? मेरे जैसे ही तो हो. फिर?'' शार्लिन ने मुझे घूरते हुए पूछा.

''शायद उन्हें ऐसा नहीं चाहिए. चूंकि मेरे भाई और बहन तो ऐसे नहीं हैं. मतलब मेरे जैसे.''

''यार वासु, तुम क्यों स्वयं को दूसरे से भिन्न मानते हो. अच्छी शिक्षा है और सबकुछ अच्छा ही तो है. क्या मेरे से कुछ गलती हुई?'' और शार्लिन ने वासु को बांहों में कस लिया, उस के गालों को चूम कर उसे देखता रहा.

दोनों ही एकदूसरे को देखते रहे, फिर शार्लिन ने उस के बालों को सहलाते हुए कहा, ''जो है वह न होने से बहुत ठीक है. उन्हें देखो, जिन के पास कुछ नहीं है. न हाथपैर और न बोलने की शक्ति, न कमाने का कोई साधन. बस, जीते हैं जैसेतैसे और फिर, तुम उन सब से बात ही क्यों करते हो?'' शार्लिन ने प्रश्न पूछने के अंदाज से कहा, ''जबजब तुम उन सब से या उन में से किसी से भी बात करते हो, यही सब होता है. पिछली मर्तबा भी...'' शार्लिन बोलतेबोलते रुक गया.

''मैं क्या करूं? शार्लिन, अब ऐसा होने में मेरी क्या गलती है? जरा बताओ, अब तो सरकार ने भी हमें और हमजैसे सभी को जीने की मंजूरी दे दी. यहां तक कि, तुम्हारे साथ अच्छे से जी रहा हूं, बिलकुल विनय और रिया की तरह, फिर उन लोगों को मुझे ऐसा स्वीकारने में क्या हर्ज है? और फिर न भी स्वीकारें तो मेरी बला से. मेरा हक तो मुझे दें जैसे विनय और रिया को दे रहे हैं और शायद जिंदगीभर देंगे.''

''हर बार तुम जब भी बात करते हो न, वही पुरानी चूंचूं शुरू हो जाती है. कभी तुम्हारे पिता की ओर से तो कभी भाईबहन की तरफ से,'' शार्लिन ने सहानुभूतिभरे शब्दों में मुझे छूते हुए कहा, ''वासु, अब जो है, यही है. इसे बदला नहीं जा सकता. हम अपने आचरण को बदल सकते हैं, पर किसी की सोच को नहीं. और फिर उन सब ने तो यह सोच बना ही रखी है कि तुम्हें नहीं स्वीकारना, फिर भी तुम?'' शार्लिन के शब्दों में मानो यथार्थ छिपा हो, जैसे बंद कमरे में नीली रोशनी फैल गई हो.

बिस्तर की सलवटों की तह को पूर्ववत करता वह खिड़की से बाहर झांकने लगा. कमरे में चुप्पी, पर अंतर्मन में गहरा द्वंद्व.

खिड़की से बाहर पक्षियों का झुंड पंक्तिबद्ध इधर से उधर दौड़ रहा है, बिना किसी ठौर के यहां से वहां. बादलों के बड़े पठार छोटे खंडों को मिटाते आगे बढ़ रहे हैं. कुछ भी एकसमान नहीं पहले सा.

फोन की घंटी सुनता हुआ शार्लिन फोन उठाता है, ''हैलो.''

''शार्लिन?''

''यस, आप कौन?''

''शार्लिन, मैं वासु का फादर.''

आवाज पहचानने की कोशिश करते हुए शार्लिन ने कहा, ''ओ अंकल, आप, गुडमौर्निंग. हां, बोलिए न. क्या वासु से बात करना चाहेंगे?''

वासु मुंह हिला कर मना कर देता है. शार्लिन उस के चेहरे को देखते हुए कहता है, ''हां अंकल, मैं वासु को मैसेज देता हूं.

''यस...यस.''

''आप को फोन करने के लिए उसे बोलता हूं.''

''हां, ओके.''

''यस, औल इज ओके?''

''जी,'' फोन कट करते हुए वासु के कंधे पर हाथ रखता हुआ वासु से फिर पूछता है, ''बताओ, क्या हुआ इस बार? क्यों नहीं, तुम्हारे फोन पर फोन किया उन्होंने?''

''मुझे लग रहा है, वे गुस्से में थे. किसी वकील वगैरह की बात उन के मुंह पर...''

''खैर छोड़ो, तुम बताओ कि क्या हुआ?'' शार्लिन ने जोर देते हुए पूछा, ''क्या कह रहे हो? किसी वकील की बात कर रहे थे?''

''मैं अभी फोन करता हूं.''

''ठहरो, वासु रुको, पहले मुझे बताओ कि क्या बात बढ़ गई थी कुछ ज्यादा ही?''

''हां शार्लिन, वे बोलते हैं कि तुम हमारी कम्युनिटी के नहीं हो, इसलिए तुम मेरे परिवार का हिस्सा भी नहीं हो. तुम गे हो और तुम हम जैसे नहीं हो, इसलिए तुम्हाराहमारा अब कोई लिंक नहीं.''

शार्लिन गंभीरता तोड़ते हुए बोला, ''मतलब, हम इंसान नहीं हैं क्या? हमारे अंदर दिल नहीं, कोई जज्बात नहीं. वे वकील की बात कर रहे थे? क्या यही बात थी? मतलब, अब वे हमें जेल भिजवाएंगे. चूंकि हम उन जैसे नहीं और क्योंकि हम गे हैं केवल इसलिए. उन जनाब को इतना नहीं मालूम शायद कि हम आजाद देश के बाशिंदे हैं. हम भी वकील कर सकते हैं और अपने अधिकारों से उन्हें अवगत करवा देंगे.''

''वही तो,'' वासु चुप्पी तोड़ता हुआ बोला, ''वे मुझे दादाजी की संपत्ति में से बेदखल कर रहे हैं और बोलते हैं कि मैं उस परिवार का हिस्सा ही नहीं हूं. अब चूंकि मैं गे हूं तो मेरा उन की संपत्ति में कोई हिस्सा नहीं.

''शार्लिन, प्लीज वकील साहब को फोन लगाओ. मैं तो कहता हूं कि एक बार आज मिल ही लेते हैं उन से.''

शार्लिन चुप हो कर कुछ सोचने लगता है.

''तुम क्या सोच रहे हो शार्लिन?

''अब क्या हम अच्छे से जी भी नहीं सकते? बचपन से 12–13 साल जब हम उन के साथ थे, तब सबकुछ उन्हें सही लगता था. हम पर नाज करते थे. रोज नए खिलौने, कपड़े, मिठाइयां आदि देते थे पर जैसे ही हमारे गे होने का पता चला तो उन सब लोगों ने हमें ऐसे दूर कर दिया, जैसे दूध से मक्खी दूर की जाती है.''

शार्लिन एक कुशल वक्ता की भांति बोलता रहता है, ''हम क्या बीमार हैं? अपराधी हैं? बलात्कारी हैं? सड़कों पर नंगे घूमते हैं? दूसरों को तंग करते हैं? हमें भी तो जीने का हक है दूसरों की तरह. पर शायद उन्हें इस बात का एहसास नहीं. हम वकील के सहारे अपना हक ले सकते हैं और वे लोग सब हंस कर देंगे. कहे देता हूं वासु, घबराओ नहीं तुम.

''अगर तुम्हारा बाप न होता तो अभी ही बता देता, पर इन को जितनी इज्जत दो, उतना ही हमें बेइज्जत करते हैं. सब साले छोटी सोच वाले हैं. जिसे देखो, हमें बेइज्जत करने पर तुला है और अब तो अपने घर वाले ही.''

सामने खूंटी पर लटके तौलिए को समेटता शार्लिन चुप होता है, पलभर तौलिए को हाथ में ले कर देखता है और फिर बाथरूम की ओर बढ़ते वासु से कहता है, ''मैं शाम को अमरकांतजी से मिलता हूं.''

''कौन अमरकांत?'' वासु रोकते हुए पूछता है.

''अरे वही अपने वकील साहब, जो पहले भी हम लोगों के लिए लड़े थे, जब मकान मालिक हमें घर छोड़ने के लिए बाध्य कर रहे थे? भूल गए क्या?''

''ओह, अच्छा. उन का नाम अमरकांत है. सौरी, मेरे दिमाग से नाम फिसल गया था. बिलकुल, मैं भी शाम को आ जाता हूं.'' वासु, शार्लिन को देखते हुए बोलता है.

शार्लिन पलभर में बाथरूम में घुस जाता है. बाथरूम के शावर से निकलती छींटें बाहर के सूनेपन में अपनी उपस्थिति दर्ज करा रही हैं. वासु बाहर चुप है और अंदर बाथरूम में शार्लिन. बीच में केवल एक दीवार है और दीवार के उस पार शावर और सन्नाटा तोड़ती बूंदें.

शावर की ठंडी बूंदें जैसेजैसे शार्लिन के बदन पर गिरती हैं, उस के वहां होने और सिसकियों के सिमटने की आवाजें मानो नेपथ्य में नाद कर रही हों.

वासु संपूर्ण कमरे में झांकता है, जैसे सबकुछ अनजाना हो, बिलकुल नया सा. जैसे 7–8 साल पहले हो गया था बिलकुल तनहा सा. जब घर छोड़ने के लिए उसे विवश किया जा रहा था. वह घर में ही किसी अपराधी की भांति हो गया था. न कोई बात करता था, न संग रहता था और फिर एक दिन भाईबहन ने भी उसे अपने कमरे से निकाल दिया था. मातापिता ने भी उन को समझाने की जगह मुझे ही निकल जाने के लिए बाध्य कर दिया था. पहले 2 रोज बीते, फिर 3–4 और महीने, साल पर किसी ने उस की कोई सुध न ली.

अगर शार्लिन न मिलता तो शायद आत्महत्या ही कर लेता. शायद कोई किसी का नहीं, सब मतलबी हैं, दंभी हैं, घृणित हैं. हर ओर दिखावे से भरी जिंदगी है. सब के हृदय कुत्सित हैं.

शार्लिन औफिस के लिए तैयार हो जाता है. नाश्ते के बाद वह वासु के करीब आ कर उस की आंखों में झांकता है और उस के माथे को चूम लेता है. उस को प्रेमवश गले लगा कर कहता है, ''वासु, तुम बिलकुल भी चिंता न करो. मैं तुम्हारे साथ हूं. हम दोनों एक हैं. ज्यादा न सोचो. अब मैं सब ठीक कर दूंगा. अच्छा, मैं औफिस चलता हूं. शाम को अमरकांत से मिलना है. हो सके तो तुम साढ़े 6 बजे उन के निवास पर पहुंच जाना. ऐड्रैस डायरी में है और दूध पी लेना. दूध कुछ ज्यादा ही गरम है. जरा ध्यान से लेना. 2 टोस्ट भी हैं प्लेट में.

''अब मेरे भाई, हंस भी दो, मेरी जान हो न? रात को तो बहुत हसीन लग रहे थे. तुम्हें एक पल भी छोड़ने को दिल नहीं चाहता,'' शार्लिन ने मुसकराते हुए कहा.

उस की उंगलियां दबाता हुआ शार्लिन दरवाजे से बाहर निकलता है.

वासु दरवाजे से बाहर आ कर शार्लिन को सीढ़ियों की ओर बढ़ते देखता है. दोनों के हाथ हवा में लहराते हैं, होंठ चुप हैं, पर शार्लिन की आंखें मुसकरा रही हैं.

वासु की उद्विग्नता पहले से कम दिख रही है. ठीक साढ़े 6 बजे अमरकांत के घर के पास ही शार्लिन वासु को करीब देख कर खुश हो जाता है, जैसे दफ्तर के बाद की सारी थकावट छूमंतर हो गई हो.

वासु ने अपनी हथेलियां शार्लिन के हाथों में रख दीं. दोनों के कदम अमरकांत के घर की ओर बढ़े और वे दरवाजे को खटखटाने लगे.

लंबे गलियारे से गुजरती एक आकृति सामने प्रकट हुई. चश्मा साफ करते हुए उस आकृति ने दरवाजा खोला.

उम्र करीब 55 साल. चेहरे पर मोटी मूंछ और मोटा चश्मा दाईं ओर और ठुड्डी पर गहरा काला मस्सा, लंबे, मुड़े बाल और सिर के बीच के कुछ बाल गायब.

दोनों को देखते ही...

''शार्लिन, आ गए, व्हाट अ प्लैजैंट सरप्राइज? टाइम के पक्के हो. बिलकुल पंक्चुअल. अरे वासु, तुम भी. नाइस टू सी बोथ औफ यू.''

''वैलकम ड्यू ड्यूड्स. कम इनसाइड.''

तीनों अंदर बढ़ते हैं.

सोफे पर बैठते हुए शार्लिन ने अमरकांत से पहले बैठने का आग्रह किया.

''ओ, सिट माई सन.''

''प्लीज सिट.''

''कहो, सब ठीकठाक है?''

''ओके. वेट... बताओ, क्या लोगे? टी या कौफी?''

वासु शार्लिन की ओर देखता है, फिर दोनों अमरकांत की ओर देख कर मुसकराते हुए बोले, ''नो... नो अंकल. कुछ नहीं, प्लीज. तकल्लुफ न कीजिए.''

'''बहादुर, ओ बहादुर.''

एक छोटे कद का युवक दौड़ता हुआ प्रकट होता है.

''जी सर,'' पहले शार्लिन की ओर देखता है पर फिर अमरकांत की तरफ देख कर 'यस सर' बोलता है.

''जल्दी से 3 कौफी ले आओ.''

''और हां, मेरी कौफी में दूध कम हो.''

ऐसा सुन कर बहादुर लौट जाता है.

सोफे पर लगभग फिसला हुआ अमरकांत सिगरेट को दियासलाई से सुलगा कर होंठ के दाहिने सिरे पर रख लेता है. धुआं बाहर फेंकता हुआ पूछता है, ''कहो वासु, क्या इश्यू है. खुल कर बताओ. कुछ भी न छिपाना मुझ से.''

''ओके सर,'' वासु अमरकांत को देख कर बोलना आरंभ कर देता है, ''वकील अंकल, एक बात बताइए...''

सिगरेट का अगला हिस्सा लाल गर्त से भरा है. अमरकांत के लंबे कश खींचते ही वह गर्त कमरे में सफेद धुएं में बह गया. सिगरेट का अगला हिस्सा सुर्ख लाल होता चला गया. हवा में चुटकी बजाई और वासु को देख कर बोले, ''यस वासु.''

''क्या हम इंसान नहीं? या किसी आदमी की औलाद नहीं? क्या हमारा होना एक कलंक है हमारे समाज पर?''

अमरकांत गंभीरता से देखता रहा.

''क्या यह जरूरी है कि जिंदगी मनमाफिक हो? सामान्य हो या दूसरों की सोच के अनुरूप हो? क्या हमारा जीना कोई जीवन नहीं है?

''हमारा होना या न होना कब तक और किस के लिए है? केवल हमारे समाज तक?

''क्या कोई किसी को लाभ पहुंचाए? बच्चे पैदा कर सके? या मांबाप बन सके?

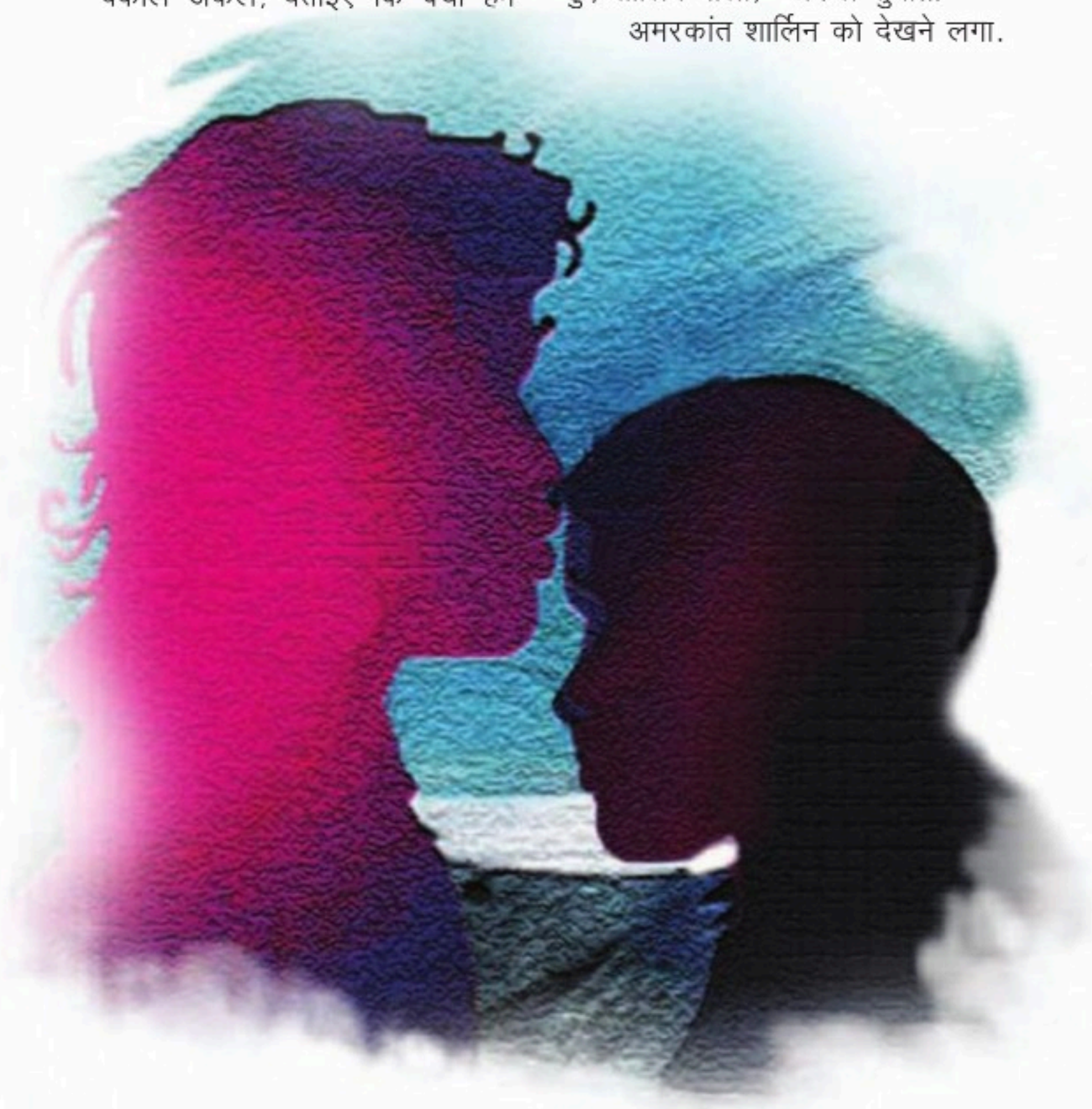
बस, इन का ही धरती पर अस्तित्व है, हमारा कुछ नहीं?''

बहादुर सामने टेबल पर कौफी रख देता है.

अमरकांत कौफी की तरफ देख कर उसे वहां से जाने को बोल देता है. बहादुर तीनों को देखता हुआ लौट जाता है.

कौफी के कप को उठाने का निर्देश देते हुए अमरकांत वासु को कन्टीन्यू करने को बोलता है.

''वकील अंकल, बताइए कि क्या हम



विनय और रिया की तरह नहीं हैं? हमारी भी परवरिश उन जैसी ही तो हुई है. फिर मेरे साथ ऐसा बरताव क्यों?''

''विनय और रिया कौन हैं?'' अमरकांत ने सिगरेट की राख झटकते हुए उत्सुकता से पूछा.

''विनय और रिया मेरे भाईबहन हैं,'' वासु ने शालीनता से दोहरा दिया.

''ओह, यस... यस, तुम ने एक बार बताया था. आई नो, आई नो.'' हंसते हुए वे बोले, ''हां, हां, बेटे, आप भी वैसे ही हो,'' बोलते हुए इस बार अमरकांत ने हंसी के साथ कंधे उचका दिए और आगे कहा, ''बेटा, 377 के बाद सब एकसमान हैं. वैसे भी कुछ लोगों की यह मानसिक विकृति है जो समलैंगिक जोड़े को हेय मानते हैं, गलत समझते हैं. मुझ से अपने पिताजी की बात करवाओ. प्लीज, मैं उन्हें समझाता हूं,'' अमरकांत उन्हें आश्वस्त करता हुआ बोला.

''नहीं अंकल, वे आप से भी लड़ पड़ेंगे,'' वासु ने कौफी का घूंट भरते हुए कहा.

''इस में लड़ने की क्या बात है. तुम उन के बेटे हो. एक समय तक उन के साथ भी रहे हो. तुम क्या चाहते हो? बात करें या सीधा मुकदमा चला दें उन पर,'' अमरकांत एकटक देखते हुए बोले.

कौफी का अंतिम घूट पी कर कप रखते हुए शार्लिन बोला, ''अंकल सुनो...''

अमरकांत शार्लिन को देखने लगा.

''अंकल, वासु के दादाजी वासु से बहुत प्यार करते थे. तकरीबन 10-11 साल तक वासु उन के साथ रहा. वे अपनी हर चीज यहां तक कि अपनी संपत्ति का एक हिस्सा भी वासु को देना चाहते थे पर वासु की उम्र 18 साल की हो जाए तब. लेकिन जैसे ही उन की मृत्यु हुई और कुछ वर्ष बीते, इन के मातापिता को वासु के गे होने की जानकारी हो गई. उन्होंने तभी वासु को घर से भगा दिया या ऐसी यातनाएं देनी प्रारंभ कर दीं कि यह स्वयं ही घर छोड़ दे,'' शार्लिन ने किसी खुफिया एजेंसी के एजेंट की भांति उन्हें सबकुछ बताया.

''वासु ने कभी दोबारा बात नहीं की अपने दादाजी या हिस्से के सिलसिले में?''

अमरकांत चश्मे के शीशों पर सांस लगा कर चश्मा साफ करने लगा.

''क्यों नहीं की बट, हर बार सेम...''

''आप लोग मेरी बात कराइए अभी,'' अमरकांत गुस्से से बोले.

''शार्लिन, जरा फोन लगाइए,'' वासु ने शार्लिन को देखते हुए निर्देश दिया.

''हैलो अंकल?''

फोन पर से आवाज आई, ''यस शार्लिन, कहां है वह जो हिस्सा मांग रहा था?''

''अंकल सुनिए, अमरकांतजी आप से कुछ बात करेंगे.''

अमरकांत पेशेवर नामी वकील था. उस का नाम ही नहीं, काम भी बोलता था. सारा शहर उस के नाम से परिचित था. अमरकांत का नाम सुनते ही वासु के पिता झुंझला से गए, ''अमरकांत यानी वह वकील अमरकांत.''

''जी अंकल,'' शार्लिन ने फिर दोहराया और फोन अमरकांत को दे दिया.

''हैलो श्रीप्रकाश, नमस्कार. कैसे हैं? 377 की क्या खबर है आप को?''

''377 यानी समलैंगिक?'' फोन पर आवाज आई.

'हां, पता है या तफ्सील से बताऊं?''

''अमरकांतजी, मैं आप से कल बात करूं?'' श्रीप्रकाश ने रिक्वैस्टभाव में कहा.

फिलहाल फोन कट कर दिया.

''वासु, तुम घबराओ नहीं. तुम्हारे पापा खुद ही तुम्हारा हिस्सा देंगे. मुझे उन का फोन नंबर दे जाओ. मैं कल फिर बात करता हूं.''

''बहादुर, कप उठा लो,'' अमरकांत का तेज स्वर कमरे में गूंजता है.

''अच्छा वकील अंकल, अब हम लोग भी निकलते हैं,'' शार्लिन दोनों हथेलियों के बल पर सोफे से खड़े होने की मुद्रा में कहता है.

''अरे नहीं, आज का डिनर यहीं होगा, मेरे साथ,'' अमरकांत मुसकराते हुए नई सिगरेट उठा लेता है.

''नहीं, नहीं, अंकल, आज नहीं. आज कुछ और काम भी है,'' दोनों चलने के लिए खड़े हो जाते हैं.

दोनों ने घर से बाहर निकलते हुए अमरकांत का शुक्रिया अदा किया.

अमरकांत कुछ देर मुसकराते रहे और फिर दरवाजा बंद कर दिया.

घर से बाहर आते ही दोनों प्रसन्न थे, आश्वस्त थे. चूंकि अंदर शाम चुप थी, पर घर के बाहर आते ही बोलने लगी, चहकने लगी और शहर के साथसाथ खिलने लगी, चलने लगी. वे दोनों खुश थे, जैसे कोई छोटा बालक भूख से नजात पा कर खेलनेबोलने लगता है.

''आज यहां आना सही रहा, बेहद

फायदेमंद,'' शार्लिन ने वासु के कंधे पर हाथ रखते हुए कहा.

''हां, अब इन लोगों को पता चलेगा कि किसी की जिंदगी को मजाक बनाने का सिला क्या होता है. शार्लिन तुम न होते तो मैं कब का रुखसत हो चुका होता पर आज मन हलका हो गया है यकीनन,'' वासु ने शार्लिन की आंखों में आंखें डाल कर कहा.

मौसम रात के बढ़ने के साथसाथ जवां होता जा रहा था. सारा शहर मानो सड़कों पर निकल आया हो. सामने नीली जींस वाली लड़की आइसक्रीम का मजा अपनी समलैंगिक साथी के संग लेती उन्मुक्त है. वह बेहद खुश है, जिस की चमक उस की आंखों में साफ देखी जा सकती है. सारी मार्केट महक रही है. दुकानों की चमकीली रोशनी सारी सड़कों को रंगीन कर रही है. पास ही पब है, जहां से लोग निकलते बहक रहे हैं. हंसीठट्ठा प्रेमक्रीड़ा हर तरफ. कोई साथी के संग मस्त है तो कोई खानेपीने में, कोई साजसज्जा का सामान खरीदने में, पर अभी भी बहुतकुछ बंद कमरों में सिमटा है. होटलों, रैस्ट्रां की बालकनियों पर से झांकते चेहरे, खुशनुमा आकृतियां और नशे में लिपटे थकेमांदे बदन.

''शार्लिन, मुझे बर्फ का गोला खाना है,'' वासु ने शार्लिन के गाल पर चिकोटी काटते हुए बड़े ही प्यार से कहा.

''पर यहां गोला कहां है,'' शार्लिन ने दाएंबाएं दूर तक देखते हुए जवाब दिया.

''अब जैसे भी हो, मुझे चाहिए. कहीं से भी लाओ,'' वासु का अंदाज एक प्रेयसी की भांति था, जिसे देख कर शार्लिन भावविभोर हो गया और सामने खड़ी रेहड़ियों की तरफ तेजी से चल पड़ा, मानो अपने पार्टनर के लिए जान देने को भी तत्पर है.

गोला खाते हुए वासु ने शार्लिन को देखा और दो पल लगातार देखते रहने के बाद उस की आंखें नम हो गईं.

''आई लव यू...'' वासु के हिलते होंठों को देखते ही शार्लिन की आंखों में गहरी चमक थी.

दोनों झूमते खुशी से घर लौटे ही थे कि वासु का फोन बजा. पिता का नंबर देखते ही उस के चेहरे पर फैली सारी खुशी मानो छूमंतर हो गई हो.

''अब उठाओ भी वासु,'' शार्लिन ने वासु को समझाते हुए कहा.

''यस पापा.''

''मुझे पापा न कहो. तुम मेरे लिए मर चुके हो,'' पापा ने फोन पर दांत पीसते हुए कहा, ''और अमरकांत का सहारा ले रहे हो न. मैं तुम दोनों को छठी का दूध याद दिला दूंगा. और हां, उस शार्लिन से भी कह देना. वह भी बड़ा वकील बनता है न. उस की तो...''

''पापा प्लीज, जो कहना है मुझ से कहो. शार्लिन को क्यों?'' वासु चिल्लाया.

''वही भड़का रहा है न तेरे को,'' पापा गुस्से से बोले.

वासु फोन कट कर देता है. वह कुछ देर शून्य में ताकता है पर फिर रो देता है.

''हे वासु, व्हाई क्राइंग? आई एम विद यू,'' शार्लिन उस की आंखें पोंछते हुए कहता है, ''कोई नहीं, अब तो यह जंग लड़नी ही होगी. कैसे भी हो? चाहे हिस्सा न भी मिले, पर इन लोगों के होश जरूर ठिकाने लगाने होंगे. शहरों की शाम देर तक रहती है, पर रात नाममात्र की ही होती है. कहीं रंगीन रात तो कहीं अवसादपूर्ण अंधेरा.

''377 को तुम अच्छे से समझ लो. यह हमारा हक है कि हम भी समाज का हिस्सा हैं दूसरों की तरह. हम समलैंगिक हैं और अपने हक के लिए लड़ेंगे अंत तक. अमरकांतजी को साथ लेना होगा, तभी इस मुहिम में जंग जीती जा सकती है. सारे कागजात और पुरानी बातें जो भी तुम्हारे दादाजी द्वारा तुम्हें कही गई हों और न भी कही गई हों तो भी तुम बराबर का हक रखते हो,'' शार्लिन एक कुशल प्रशिक्षक की भांति वासु को बता रहा है. वासु की आंखें नम हैं.

''शार्लिन, क्या हम कभी अपना घर ले सकेंगे, जो केवल अपना हो, केवल हम दोनों का,'' वासु दुखी अंदाज में बोला.

''हां, हां, जैसे ही अमरकांतजी हमारे हक के लिए लड़ेंगे और जीतेंगे, सब अपना हो जाएगा,'' शार्लिन ने वासु की उंगलियों को चूमते हुए कहा.

''काश, मम्मी होतीं तो शायद मुझे कुछ समझतीं. पहले दादू गए, फिर ममा और उन के जाते ही सब लुटता गया, छुटता गया,'' वासु की आंखें अभी भी नम थीं.

रुंधे गले से दबी आवाज में वासु आगे बोलता रहा, ''मैं क्या अपराधी हूं या कोई गुनहगार हूं, जिस की सजा मुझे रोज मिलती है. किसी का कोई मरता है तो वह रो कर स्वयं को हलका कर लेता है, पर मैं तो रो भी नहीं सकता. मानो कोई मानससिक व्याधियों से त्रस्त हो और अपनी पीड़ा को भी बताने में असमर्थ हो.

शार्लिन चुपचाप सुनता रहा. तुम चिंता न करो और फिर बंद आंखों से वासु की पेशानी पर एक चुंबन अंकित कर दिया.

अमरकांत ने वासु के पिता को कई बार समझाया, पर वासु के पिता आसानी से कहां मानने वाले थे. वे एक ओर कोर्ट में लड़ते तो दूसरी ओर अमरकांत को अपने पक्ष में लाने के लिए पैसा औफर करते रहे, पर अमरकांत जैसा दिग्गज समलैंगिक समाज के साथ ही खड़ा रहा. केस बढ़ता गया दोनों तरफ से. रोज कवायदें चलती रहीं. हर एक बात को रिकौर्ड किया जाने लगा. पिता का पक्ष कमजोर होता गया. आवश्यक दस्तावेज व पुरानी डायरियां अदालत की जिरह में लाभदायक सिद्ध हुईं.

मामला हाईकोर्ट से सुप्रीम कोर्ट तक चला गया. अदालती दांवपेंच में अमरकांत माहिर था, तभी अमरकांत के सामने वासु के पिता के वकील की एक न चली और वे मुकदमा हार गए. यद्यपि, थोड़ी चूंचूं होती रही, पर एक नतीजे के बाद वासु को दादू की संपत्ति का हिस्सा मिल गया.

केस जीतते ही शार्लिन ने वासु को गले लगा लिया.

वासु की आंखें खुशी से खिल गई थीं.

शार्लिन ने अदालत से बाहर निकलते ही वासु का माथा चूम लिया और उस के गले में दोनों बांहें डाल दीं.

अमरकांत वकील पूरे शहर में मशहूर हो गए. समलैंगिकों के पक्ष में लड़ा हुआ लगातार तीसरा मुकदमा उन के हक में गया. सभी खुश थे.

''शाम को खाने पर मेरे घर आना होगा?'' अमरकांत वासु और शार्लिन को न्योता देते हुए बोले.

''हां, हां, वकील अंकल, क्यों नहीं? आप की मेहनत से ही तो हम लोग जीते हैं, पर आप को एक छोटा सा उपहार स्वीकारना होगा, तभी आएंगे हम दोनों,'' शार्लिन ने वकील साहब की ओर देख कर मुसकराते हुए कहा.

''हां, हां, बिलकुल,'' अमरकांत ने कपड़े से चश्मा साफ करते हुए जवाब दिया.

शाम को स्वादिष्ठ खाने के उपरांत अमरकांतजी को प्रेमवश बंद लिफाफे में सौगात दी गई, जिसे सहजता से उन्होंने स्वीकार कर लिया.

आज शार्लिन, वासु के पास सपनों में बसा घर है, सुंदर आशियाने के साथसाथ वासु ने अपना कोरियर का धंधा आरंभ कर दिया है, जिस में शार्लिन ही सारे कामकाज को सलीके से आगे बढ़ा रहा है.

वे दोनों पतिपत्नी की भांति जीते हैं. शारीरिक रूप से व मानसिक रूप से दोनों संतुष्ट हैं, प्रसन्न हैं.

अमरकांत के कहने पर कुछ अन्य समलैंगिक कम्युनिटी से जुड़े लोग भी इस व्यवसाय से जुड़ते जा रहे हैं.

अदालत के बहुत समझाने के बाद वासु के पिता का रवैया काफी बदल गया है और इन दिनों हर सप्ताह वासु शार्लिन से हंसहंस कर बात कर लेता है. यह समलैंगिक समाज की जीत है. ●

“नथ उतराई बुरी प्रथा”

-वैभवी कपूर

सपने देखना अच्छी बात है पर उन सपनों को पूरा करने की हिम्मत हर कोई नहीं कर पाता. अभिनेत्री वैभवी कपूर उन कलाकारों में से हैं जो अपने सपने जीती हैं. इन दिनों वे कुप्रथा पर चोट करते शो ‘नथ : जेवर या जंजीर’ में नजर आ रही हैं.

बातचीत • शांतिस्वरूप त्रिपाठी

बतौर अभिनेत्री सुर्खियां बटोर रहीं अभिनेत्री वैभवी कपूर को नृत्य व अभिनय विरासत में मिला है. उन की दादी मंजू कपूर मशहूर शास्त्रीय नृत्यांगना रही हैं, जबकि उन की मां ममता कपूर और पिता अमित कपूर दोनों कलाकार हैं. पिता अमित कपूर तो बौलीवुड के चर्चित अभिनय प्रशिक्षक भी हैं.

वैभवी कपूर के लिए अभिनय पैशन तो नृत्य शौक है. 4 वर्ष की उम्र से भारतनाट्यम सीखती आ रहीं वैभवी कपूर ने अभिनय कैरियर की शुरुआत पौराणिक सीरियल ‘चक्रधारी अजय कृष्णा’ में रुकमणि का किरदार निभा कर की थी. रुकमणि का किरदार निभाते हुए वैभवी ने अपनेआप को काफी बदला. इन दिनों वे ‘दंगल’ टीवी पर प्रसारित हो रहे सीरियल ‘नथ : जेवर या जंजीर’ में अभिनय करती नजर आ रही हैं. पेश हैं उन से बातचीत के अंश.

कहा जा रहा है कि आप ने रुकमणि का किरदार निभाते हुए खुद को बदल लिया?

जी हां, रुकमणी का किरदार निभाने के बाद मेरे व्यक्तित्व में काफी बदलाव आया. एक इंसान के तौर पर रुकमणी के किरदार ने मुझ पर प्रभाव डाला है. इस किरदार को निभाने के बाद मैं बहुत शांत स्वभाव की हो गई. मैं लोगों से अच्छे से बातें करने लगी. उस से पहले मुझे बहुत जल्द गुस्सा आता था. मैं ने इस किरदार को निभाते हुए यह भी सीखा कि इंसान को जो कुछ चाहिए, उसे वह किस तरह से हासिल कर सकता है.

सीरियल ‘नथ : जेवर या जंजीर’ से जुड़ने की कोई खास वजह?

पहली वजह तो यह है कि मुझे कुछ अलग काम करना था. पहले मैं ने पौराणिक सीरियल किया, फिर मैं ने ‘स्टार प्लस’ के सीरियल ‘यह जादू है जिन्न का’ में सारा खान का किरदार किया जोकि ‘चक्रधारी अजय कृष्णा’ से काफी अलग था.

सारा खान फैशनिस्ट है और मैं निजी जिंदगी में बहुत सादगी पसंद हूं. मैं अकसर कुरतेपायजामे में ही रहती हूं. मेरे कपड़े जैकेट वाले अथवा पूरी बांह वाले होते हैं. लेकिन इस सीरियल में मुझे शौर्ट्स पहनने थे. उस के बाद जब मेरे पास सीरियल ‘नथ : जेवर या जंजीर’ का औफर आया तो इस में मुझे सलवारकुरता अथवा साड़ी पहनना था.

इस में मेरा बूंदी का किरदार पिछले सीरियल की सारा खान से बहुत अलग है. यह राजस्थानी ग्रामीण लड़की है, इसलिए इसे लपक लिया. इस के अलावा इस सीरियल का कौन्सैप्ट हमारे देश के कुछ ग्रामीण हिस्सों में आज भी चल रही ‘नथ उतराई’ की कुप्रथा के खिलाफ है तो मुझे लगा कि यह बहुत रोचक सब्जैक्ट है. इस का हिस्सा मुझे बनना चाहिए.

बूंदी के किरदार को किस तरह से परिभाषित करेंगी?

बूंदी राजस्थानी ग्रामीण व गरीब परिवार की बहुत साधारण लड़की है. वह बहुत ही इनोसैंट है, ज्यादा बोलती नहीं है, धीमी आवाज में बात करती है. उस में धैर्य है. वह एकदम घरेलू लड़की है. उसे दुनियादारी से कोई मतलब नहीं. उस का एक ही सपना है कि शादी कर के अपनी ससुराल जा कर अपने पति व सभी को खुश रखे. जबकि, उस की बड़ी बहन महुआ का सपना है कलैक्टर बनना. मगर हालात कुछ इस कदर बदलते हैं कि एक दिन बूंदी नैगेटिव हो जाती है. आगे बूंदी के किरदार में क्या बदलाव आएंगे, यह तो अभी बता नहीं सकती.

आप मुंबई जैसे महानगर में पलीबढ़ी हैं. ऐसे में राजस्थानी ग्रामीण लड़की बूंदी का चरित्र निभाने के लिए किस तरह की तैयारी की?

हमें राजस्थानी और बुंदेलखंडी भाषा के लहजे को पकड़ने के लिए ट्रेनिंग लेनी पड़ी. भाषा के गुरु आते थे, उन्होंने एक माह तक हमें इस की ट्रेनिंग दी. सैट पर भी हमारे सर रहते हैं. इस के अलावा कुछ फिल्में देखीं. कुछ लोगों से मिल कर उन्हें औब्जर्व किया कि वे किस तरह बातें करते हैं, उन का उठनाबैठना किस तरह का है.

जब आप को पता चला कि हमारे देश के कुछ हिस्सों में आज भी ‘नथउतराई’ प्रथा है तो आप के मन में क्या आया?

मुझे धक्का लगा और बुरा लगा. मैं समझ सकती हूं कि जिस लड़की की ‘नथउतराई’ होती होगी, उस लड़की के मन पर क्या बीतती होगी. वह कितने दर्द से गुजरती होगी. हम उन की मजबूरी नहीं समझ सकते मगर एक लड़की होने के नाते, एक इंसान होने के नाते बुरा ही लगता है पर मुझे पता नहीं कि इसे किस तरह बदला जा सकता है.

आप के ऊपर भी कुछ लोग नैपोटिज्म का आरोप लगाते होंगे?

हम किसी का मुंह बंद नहीं कर सकते. मगर मेरा सवाल यह है कि जब एक डाक्टर का बेटा डाक्टर बन सकता है, एक वकील का बेटा वकील बन सकता है तो फिर एक कलाकार का बेटा या बेटी कलाकार क्यों नहीं बन सकती. कला तो मेरे खून में है. मुझे हर किरदार को निभाने से पहले औडिशन देना पड़ा.

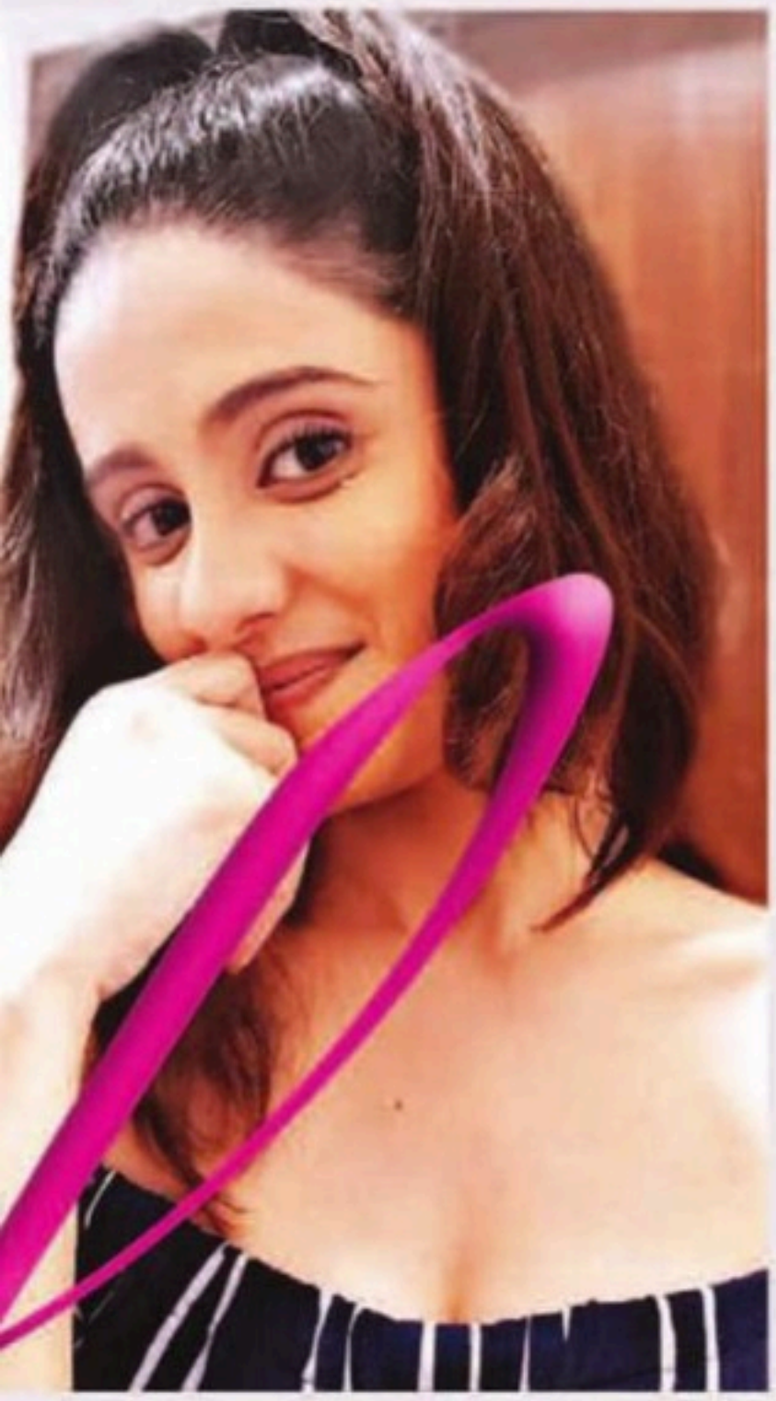
औडिशन में पास होने के बाद ही मुझे काम करने का अवसर मिला. मैं ने सीरियल ‘नथ : जेवर या जंजीर’ में महुआ के किरदार के लिए औडिशन दिया था, मगर औडिशन में मेरी उम्र कम नजर आई, इसलिए मुझे महुआ का किरदार नहीं मिला. उस के बाद मैं ने बूंदी के किरदार के लिए औडिशन दिया और मुझे बूंदी का किरदार मिला. ●

आयशा सिंह का सादगी भरा हुस्न

मुंबई में जन्मी 25 वर्षीया आयशा सिंह अभिनेत्री और मौडल हैं. 'जिंदगी अभी बाकी है मेरे घोस्ट' और 'डोली अरमानों की' सीरियल में अपने शानदार अभिनय से ये सुर्खियों में आईं. 2017 में मूवी 'अदृश्य' में इन्होंने बौलीवुड में डैब्यू किया था. लौ की पढ़ाई कर ये पूरी तरह से ऐक्टिंग पर फोकस करने लगीं.

आजकल ये स्टार प्लस चैनल के सीरियल 'गुम है किसी के प्यार में' में साईं जोशी के किरदार में हैं, जिसे दर्शकों का भरपूर प्यार मिल रहा है.

आयशा सोशल मीडिया में केवल इंस्टाग्राम पर काफी ऐक्टिव रहती हैं. इन के 6 लाख 68 हजाार फौलोअर्स हैं. आयशा एक स्टोरीटेलर भी हैं. ये ट्रैवलिंग की शौकीन हैं और घूमने के लिए इन के फेवरेट प्लेस गोवा और लंदन हैं. चौकलेट और गुलाबजामुन खाना इन्हें बेहद पसंद है. ●



OF THE MONTH

कम उम्र में बढ़ती हार्ट की बीमारी

लेख ● डा. समोंजोय मुखर्जी

आज हृदयरोग का खतरा भारत के लिए चैलेंज बना हुआ है. पहले यह रोग पुरुषों में अधिक देखा जा रहा था लेकिन हालिया एनसीआरबी की रिपोर्ट महिलाओं के लिए भी घातक साबित हुई है जो अधिक चिंताजनक बात है.

वर्ष 2020 में जारी राष्ट्रीय अपराध रिकौर्ड ब्यूरो (एनसीआरबी) की एक रिपोर्ट के अनुसार, भारत में हार्टअटैक से मरने वालों की संख्या 2014 से लगातार बढ़ रही है. परंपरागत रूप से हृदय की बीमारियों को 'पुरुषों की बीमारी' का पर्याय माना जाता रहा है. हालांकि, अब नवीनतम रिपोर्ट में बदलाव देखा जा रहा है.

वैसे तो महिलाओं को कार्डियोवैस्कुलर बीमारी पुरुषों के मुकाबले 7–10 साल बाद होती है पर महिलाओं के बीच यह मौत का एक अहम कारण बना हुआ है. इस विश्वास के कारण कि महिलाएं कार्डियोवैस्कुलर बीमारी (सीएडी) से 'सुरक्षित' हैं, महिलाओं में हृदय की बीमारी के जोखिम को अकसर कम कर के आंका जाता है. महिलाओं में हार्टअटैक के संकेत और लक्षण अस्पष्ट हो सकते हैं और इस का पता उतनी आसानी से नहीं चलता है क्योंकि सीने में तेज दर्द का संबंध अकसर हार्टअटैक से जुड़ा होता है.

कुछ मिनट से ज्यादा देर तक रहने वाला सीने में एक खास किस्म का दर्द, दबाव या असुविधा महिलाओं में हार्टअटैक का आम संकेत है. हालांकि, खासतौर से महिलाओं में सीने का दर्द अमूमन बहुत गंभीर नहीं होता है और यह सब से ज्यादा दिखाई देने वाला लक्षण भी नहीं होता है. महिलाएं इस का वर्णन खासतौर से दबाव या सख्ती के रूप में करती हैं. यह भी संभव है कि सीने में दर्द के बिना मरीज हार्टअटैक का शिकार हो जाए.

महिलाओं में अकसर ये लक्षण तब सामने आते हैं जब वे आराम कर रही हों या सो रही हों और पुरुषों के मुकाबले यह कम होता है. महिलाओं में भावनात्मक तनाव भी हार्टअटैक के लक्षण की शुरूआत में भूमिका अदा कर सकता है.

हार्टअटैक के ये कुछ संकेत हैं जिन पर सभी को नजर रखनी चाहिए.

- बेहद थकान या सीने में भारीपन महसूस करना.
- सांस फूलना या अत्यधिक पसीना आना.
- गरदन, पीठ, कमर, जबड़ों, बांह या पेट के ऊपरी हिस्से में दर्द.
- चक्कर आना या उलटी होने का एहसास

कार्डियैक जोखिम के इन लक्षणों में बहुतों को नियंत्रित किया जा सकता है लेकिन सब को नहीं. सामान्य जीवनशैली में बदलाव ला कर कुछ जोखिम घटकों का प्रबंध किया जा सकता है लेकिन कुछ घटक, जैसे आयु, लिंग, परिवार का इतिहास, नस्ल और जातीयता जैसे कुछ कारणों पर हमारा कोई नियंत्रण नहीं है. अनुमान है कि जीवनशैली में

बदलाव से हार्टअटैक और स्ट्रोक समेत कार्डियैक बीमारियों के 80 फीसदी मामले रोके जा सकते हैं.

कई ऐसे कारण हैं जो महिलाओं में हृदय की बीमारी का जोखिम बढ़ाते हैं–

महिलाओं में ऐसे जोखिम हैं जो पुरुषों में नहीं हैं : उच्च रक्तचाप, बढ़ा हुआ ब्लडशुगर, ज्यादा कोलैस्ट्रौल, धूम्रपान और मोटापा हृदय की बीमारी के लिए खास जोखिम हैं जो महिलाओं में भी पुरुषों की तरह मौजूद होते हैं. हृदय की बीमारी का परिवार का इतिहास भी महिलाओं पर पुरुषों की ही तरह प्रभाव छोड़ सकता है. हालांकि कुछ बीमारियां, जैसे एंडोमेट्रियोसिस, पौलिसिस्टिक ओवरी डिजीज (पीसीओडी), डायबिटीज और उच्च रक्तचाप जो गर्भावस्था के दौरान

विकसित होता है आदि कौरोनरी आर्टरी डिजीज का जोखिम बढ़ा देती हैं. यह हार्टअटैक के प्रमुख कारणों में एक है. 40 साल से कम की महिलाओं में एंडोमेट्रियोसिस से कौरोनरी आर्टरी डिजीज का जोखिम 400 फीसदी तक बढ़ जाता है.

देर से गर्भधारण करना कार्डियोवैस्कुलर डिजीज का जोखिम बढ़ा कर महिलाओं और उन के बच्चे को प्रभावित कर सकता है : देर से मां बनने का असर पैदा होने वाले बच्चे पर बाद में पड़ सकता है. इस से देर से गर्भधारण के कारण हो सकने वाली समस्याओं में प्लेसेन्टल एबरप्शन, प्रीमैच्योर रप्चर औफ मेमब्रेन, कोरियोएम्नियोनाइटिस यानी भ्रूण को ढकने वाली झिल्लियों में सूजन, प्रसवाक्षेप और हेलेप सिंड्रोम जैसी समस्याएं हो सकती हैं.

महिलाओं में सीएडी का पता लगाना मुश्किल हो सकता है : हृदय की मुख्य धमनियों के संकरा होने या उन में बाधा का पता लगाने का परंपरागत तरीका एक्सरे मूवी (एंजियोग्राम) है जो कार्डियैक कैथेराइजेशन के दौरान लिया जाता है. हालांकि, महिलाओं में सीएडी अकसर छोटी धमनियों को प्रभावित करता है. एंजियोग्राफी में इस का पता लगाना मुश्किल होता है. इसलिए, यह सुझाव दिया जाता है कि अगर महिला को एंजियोग्राफी के बाद 'औल क्लीयर' का संकेत मिले पर लक्षण बना रहे तो ऐसे कार्डियोलौजिस्ट के पास जाना चाहिए जो महिलाओं के मामले में सुविज्ञ हों.

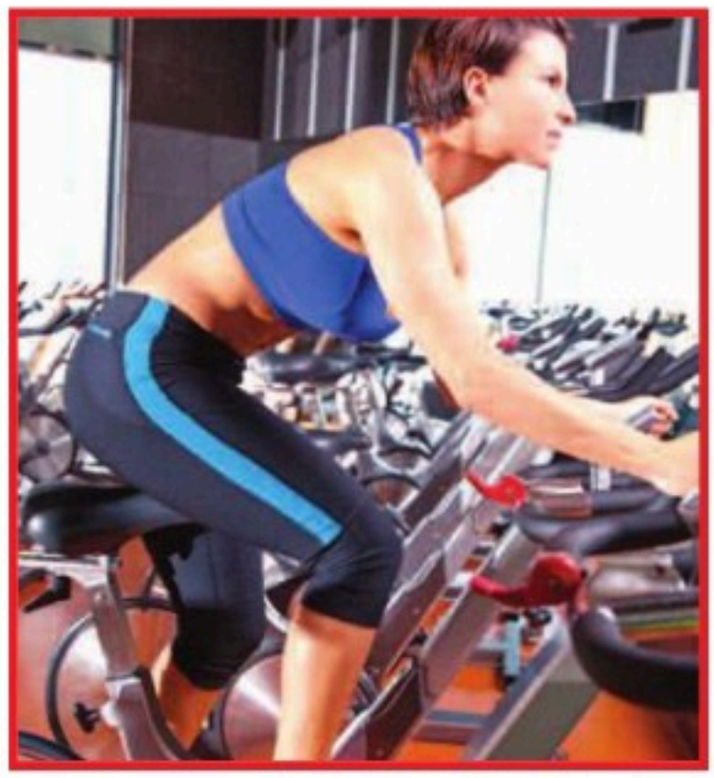
महिलाओं पर हार्टअटैक पुरुषों के मुकाबले भारी पड़ता है : हार्टअटैक के बाद महिलाओं का प्रदर्शन पुरुषों के जैसा अच्छा नहीं होता है. उन्हें अकसर लंबे समय तक चिकित्सीय देखभाल और निगरानी की आवश्यकता होती है और अस्पताल से छुट्टी मिलने से पहले ही उन के निधन की आशंका ज्यादा होती है. इस का कारण उन जोखिम घटकों को माना जा सकता है जिन का उपचार नहीं किया गया या किया जाता है. इन में डायबिटीज या उच्च रक्तचाप आदि शामिल हैं. कभीकभी इस का कारण यह भी होता है कि वे परिवार को प्राथमिकता देती हैं और खुद की उपेक्षा करती हैं.

हार्टअटैक के बाद महिलाओं को हमेशा सही दवाइयां नहीं मिलती हैं : हार्टअटैक के बाद महिलाओं में खून का थक्का जमने की आशंका पुरुषों के मुकाबले ज्यादा होती है. यह दूसरे अटैक का कारण बन सकता है. अस्पष्ट कारणों से उन्हें खून का थक्का जमने से रोकने वाली दवा दिए जाने की संभावना कम है. यह महिलाओं में पुरुषों के मुकाबले एक साल के अंदर हार्टअटैक आने की आशंका ज्यादा होने का कारण हो सकता है.

धूम्रपान और खाने वाली गर्भनिरोधक गोलियां स्वास्थ्य के लिए खतरनाक हैं : दोनों का मेल घातक हो सकता है. धूम्रपान के बारे में जाना जाता है कि इस से धमनियां संकुचित हो जाती हैं. इस से खून के थक्के बनते हैं और कार्डियोवैस्कुलर समस्याएं होती हैं. दूसरी ओर, खाने वाली गर्भ निरोधक गोलियां शरीर के हार्मोन संतुलन को बदल देती हैं. इस से खून सामान्य के मुकाबले ज्यादा गाढ़ा होता है.

कुछ जोखिमों पर नियंत्रण संभव नहीं है लेकिन सही आदतों का पालन करना आप के हृदय के स्वास्थ्य के लिए काफी मददगार हो सकता है. कुछ उपाय जो हृदय की बीमारी और स्ट्रोक को कम करने में मददगार हो सकते हैं, ये हैं–

- आरामतलब जीवनशैली से बचना.
- नियमित शारीरिक गतिविधि और 25 से कम बीएमआई के साथ शरीर का स्वस्थ वजन रखना.
- जीवनशैली में संशोधन कर के जैसे शारीरिक गतिविधियां बढ़ा कर और समय पर जानकारी प्राप्त कर के ब्लडप्रैशर ठीक रखना.



- तनाव कम करने की कोशिश करना क्योंकि इस बात के पर्याप्त सुबूत हैं कि तनाव और हृदय पर इस के प्रभाव को नजरअंदाज नहीं किया जाना चाहिए.
- वसामुक्त, उच्च फाइबर वाला पौष्टिक भोजन करना तथा खराब ढंग से प्रसंस्कृत भोजन से बचना.
- धूम्रपान से बचने की कोशिश और शराब का सेवन कम करना.

जीवनशैली में बदलाव के अलावा वार्षिक जांच करवाना हृदय को जानने का सर्वश्रेष्ठ तरीका है. जो लोग उम्र के 20वें दशक के आखिर में और 30वें दशक में हैं उन्हें नियमित जांच करानी चाहिए.

जैसेजैसे कोरोनरी आर्टरी डिजीज को रोकने से संबंधित ज्यादा सूचनाएं उपलब्ध हो रही हैं, यह स्पष्ट होता जा रहा है कि महिलाएं भी पुरुषों के बराबर जोखिम में हैं और उन्हें रोकथाम के गंभीर उपाय करने चाहिए. हृदय की बीमारी और स्ट्रोक से बचने के साथसाथ चेतावनी के संकेतों को पहचानने के लिए हर महिला को अपने जोखिम घटक से वाकिफ होना चाहिए तथा जितनी जल्दी संभव हो, इलाज करवाना चाहिए. सांस फूलने, सीने में दर्द, अत्यधिक पसीना आना और चक्कर आने जैसे आम लक्षणों को नजरअंदाज न करें. अपने हृदय के लिए अच्छी आदतें अपनाने के लिए कोई भी समय बहुत देर नहीं है. ●

(लेखक मणिपाल अस्पताल, द्वारका, दिल्ली में कंसल्टैंट व सीनियर इंवैन्शनल कार्डियोलौजिस्ट हैं).

वैब सीरीज रिव्यू

क्या देखें

स्क्विड गेम

क्रिएटर–वांग डोंग युक
स्टारकास्ट–ली जुंग जी, पार्क हाए–सू, वी हा–जू, जू हो इओन व अन्य.
प्लेटफौर्म–नैटफ्लिक्स
जौनर–क्राइम थ्रिल कौमेडी.

'स्क्विड गेम' कोरियन सीरीज है. साउथ कोरियन वैब सीरीज का क्रेज वर्ल्डवाइड दिनोंदिन बढ़ता जा रहा है. ओटीटी ने दुनिया के सिनेमा को एक प्लेटफौर्म पर ला दिया है. लोगों को अब कंटैंट में वैरायटी मिलने लगी है, इसलिए यदि कौन्सैप्ट अच्छा है तो अलगअलग देश के कंटैंट भी खूब पसंद किए जा रहे हैं. इस से पहले कोरियन फिल्म 'पैरासाइट' को भी खूब पसंद किया गया था.

'स्क्विड गेम' की बात की जाए तो वर्ल्डवाइड इसे तय समय में सब से अधिक देखा जा चुका है. इस ने रिकौर्ड बना दिया है. सीरीज का कंटैंट बिलकुल फ्रैश है. सीरीज वांग डोंग युक के निर्देशन में बनी है. यह सीरीज समाज में फैले अमीरगरीब के विभेद को दर्शाती है.

कहानी में कुछ गरीब लोग हैं जो किसी न किसी प्रकार की दिक्कतों से जूझ रहे हैं. वे या तो चोरचकार हैं, कर्ज में डूबे हैं, माइग्रेंट हैं या दिहाड़ी मजदूर हैं. उन की जिंदगी का कोई मकसद नहीं, वे समाज में बोझ समझे जा रहे हैं और उन की कोई सुध नहीं ले रहा.

'स्क्विड गेम' की कहानी में ऐसे 456 गरीब लोगों को चुना जाता है और उन के बीच कंपीटिशन करवाया जाता है. दिलचस्प यह कि यह कंपीटिशन बचपन में खेले जाने वाले 6 खेलों में होता है. अंत में जीतने वाले को करोड़ों रुपए मिलने होते हैं. शुरू में सभी को यह बहुत आसान लगता है पर जब पता चलता है कि हारने वाले को सीधा मार दिया जाएगा तो सब के होश उड़ जाते हैं. इस में खूब खूनखराबा है.

मोटामोटी सीरीज इस बात पर केंद्रित रहती है कि गरीबों की जिंदगी कीड़ेमकोड़ों सी है जबकि अमीरों के लिए उन की जिंदगी किसी खेल से कम नहीं. बाकी सीरीज के फ्रैश कंटैंट को देखा जा सकता है.

मुंबई डायरीज 26/11

क्रिएटर–निखिल आडवाणी
स्टारकास्ट–मोहित रैना, कोंकणा सेन व अन्य.
प्लेटफौर्म–एमेजौन प्राइम
जौनर–इवैंट, ड्रामा.

आज से तकरीबन 13 साल पहले 26 नवंबर को मुंबई में आतंकी हमले हुए थे. उस हमले में कई लोगों की जानें गई थीं. पूरा देश सदमे में था. यह सीरीज उसी आतंकी हमले के दौरान की है. 26/11 के आतंकियों पर वैसे तो पहले भी काफी फिल्में बन चुकी हैं, जैसे नाना पाटेकर की 'द अटैक औफ 26/11', अनुपम खेर और देव पटेल की 'होटल मुंबई', कबीर सिंह की 'वन लेस गौड' इत्यादि हैं, पर इस सीरीज का प्लौट थोड़ा हट कर है.

पहले की फिल्मों में इस आतंकी घटना को सिलसिलेवार रखा गया था. घटना में पुलिस की कार्यवाही का नजरिया और बलिदान या फिर पूरी वारदात को जस का तस रखा गया था पर इस सीरीज में वह पहलू दिखाने की कोशिश की गई है जो 'बिहाइंड द डोर' एक अलग तरह का मोरचा संभाल के रखे हुए था.

सीरीज में निखिल आडवाणी ने डाक्टरों, नर्सों और मैडिकल स्टाफ के नजरिए से इस आतंकी हमले को दिखाने की कोशिश की है. यह वैब सीरीज 26/11 आतंकी हमले पर आधारित तो है लेकिन इस में कल्पना का भी समावेश किया गया है. इस सीरीज के जरिए आतंकी हमलों में घायल हुए लोगों के दुखों को मजबूती के साथ पेश किया गया है.

इस वैब सीरीज की सब से खास बात यह है कि एक आतंकी हमले के दौरान हमारे मैडिकल फर्टिनिटी से जुड़े लोग कैसे अपनी जान दांव पर लगा कर हमारी रक्षा करते हैं, कैसे लड़ाई में लोगों की जान बचाने में मैडिकल किट हथियार बन जाती है, यह सब इस में बखूबी दिखाया गया है. यह सीरीज देखना जरूरी इसलिए भी बन जाती है क्योंकि किसी बड़ी घटना में आमतौर पर उन लोगों पर चर्चा तो करते हैं जो फ्रंट में हैं, लेकिन उन की कहानी कहीं छूट जाती है जो पीछे से मोरचा संभाले हुए हैं.

सीरीज बढ़िया है. मोहित रैना और कोंकणा की प्रमुख भूमिका है. दोनों ने अच्छा काम किया है. सीरियल से निकले मोहित रैना ओटीटी के जानेमाने चेहरे के तौर पर उभरने लगे हैं. वे इस के पहले 'काफिर' में भी अपने काम के लिए सराहे जा चुके हैं. सीरीज देखी जानी चाहिए, ताकि उस दौरान की भूमिकाओं को फिर से याद किया जा सके.

ऐसावैसा प्यार

क्रिएटर–आशीष पाटिल
स्टारकास्ट–एहसास चानना, प्रीत कमानी, अदा शर्मा, तहा शाह, रजित कपूर, शीबा चड्ढा, शाकीब सलीम और निधि सिंह.
प्लेटफौर्म–इरोस नाऊ
जौनर–रोमांटिक.

यह एक एंथोलौजी वैब सीरीज है. यानी ऐसी सीरीज जिस में अलगअलग 4 शौर्ट कहानियां हैं, जो एकदूसरे में समाहित तो नहीं लेकिन एक ही सीरीज का हिस्सा हैं. इस से पहले 'लस्ट स्टोरी', 'रे' जैसी सीरीज आईं, जो इसी जौनर की थीं.

यह सीरीज 4 अलगअलग प्रेम कहानियों की बात करती है. इस की पहली स्टोरी का नाम 'प्यार, दोस्ती और जिमी पाजी' है. इस में प्रीत कमानी और एहसास चानना ने मुख्य भूमिकाएं निभाई हैं. ये 2 खास दोस्त हैं जो एकदूसरे से सबकुछ शेयर करते हैं पर जैसे ही लड़की किसी दूसरे लड़के के साथ डेट पर जाती है तो लड़का जेलस फील करता है. उसे लगने लगता है कि वह उसे प्यार करता है. लेकिन बाद में दोनों को एहसास होता है कि यह प्यार नहीं है और वे पहले ही एकदूसरे के साथ खुश थे.

इस की दूसरी कहानी 'प्यार इज बिच' है. इस में अदा शर्मा, एहसास चानना ने मुख्य भूमिकाएं निभाई हैं. यह कहानी एक लड़की की है जो एक लड़के के साथ लौंग टाइम रिलेशनशिप में थी. लड़के की मौत के बाद वह निराश हो जाती है. ज्यादा काम करने लगती है और उस का प्यार से विश्वास उठ जाता है. फिर अपनी छोटी बहन के कहने पर वह खुद को एक और चांस देती है.

तीसरी कहानी 'एसआरके वाला प्यार' है. यह कहानी 40 साल से साथ रह रहे एक शादीशुदा जोड़े की है. अल्जाइमर से जूझ रही पत्नी सबकुछ भूल चुकी है, लेकिन उस का पति सुबह उठ कर उसे बड़े प्यार से उसे याद दिला रहा होता है. इस में उस की मदद एसआरके का स्टाइल करता है, जिस में वह शाहरुख का ऐक्ट कर अपनी पत्नी को खुश कर रहा होता है.

इसी में चौथी कहानी 'प्यार, पिक्चर और पौपकौर्न' है. यह कहानी एक कपल की है जो एकदूसरे से बिलकुल अलग हैं.

'ऐसावैसा प्यार' ऐसी सीरीज है जो ऐसीवैसी सीरीज से इसे अलग करता है. यह सीरीज यूथ के लिए फैश हो सकती है क्योंकि नए फ्रैश चेहरे इस में देखने को मिलते हैं. ओवरऔल यह सीरीज देखी जा सकती है.

–रोहित ●

अपने जिगरी दोस्त अमन की शहादत की खबर सुन विशाल भीतर से हिल गया. आखिर यह नहीं होना चाहिए था. रश्मि और मांजी पर न जाने क्या बीत रही होगी. वह तुरंत अमन के घर गया और फिर...

दोस्ती की परिभाषा

कहानी • भावना ठाकर

आज रविवार की छुट्टी थी. विशाल अपने स्टडीरूम की सफाई करने में लगा था. अलमारी के एक कोने में 2 दोस्तों की तसवीर देख कर विशाल के होंठों पर हंसी आ गई. 'अमन मेरे यार, मिस यू,' कहते उस ने तसवीर चूम ली.

विशाल की छोटी बहन मीनू हौल में टीवी देख रही थी कि अचानक न्यूज देख कर चिल्ला उठी, ''विशाल भैया, जल्दी आइए, देखिए, न्यूज में क्या दिखा रहे हैं.''

विशाल स्टडीरूम से दौड़ता हुआ आया और न्यूज में अपने जिगरजान दोस्त अमन के शहीद होने की खबर से हिल गया. हाथ से तसवीर गिर गई.

आतंकवादियों के साथ मुठभेड़ में मेजर अमन बजाज शहीद हुए. इस समाचार ने मानो विशाल के कानों में गर्म सीसा उड़ेल दिया, मानो दुनिया घूम रही हो. विशाल का सिर चकराने लगा.

यह क्या हो गया. विशाल के सामने सब से पहले अमन की प्रैग्नैंट बीवी रश्मि का चेहरा तैरने लगा. अभी 7 महीने पहले ही अपनी पत्नी रश्मि के गर्भवती होने की खुशखबरी सुन कर अमन पागल हो गया था और रिश्तेदारों व मित्रों में 'मैं बाप बनने वाला हूं' का ऐलान करते अभी से मिठाई बांट रहा था.

रश्मि को डिलीवरी के समय हाजिर रहने का वादा कर के सरहद का सिपाही कितना खुश हो गया था. जिंदादिल और देश के प्रति समर्पित अपने जिगरजान दोस्त के साथ बिताए पल विशाल की आंखों के सामने चित्रपट की तरह चलने लगे. बचपन से साथ खेले, एक ही स्कूल में साथसाथ पढ़े, पलेबढ़े मानो एक मां की कोख से जन्मे हों.

दोनों की निस्वार्थ निश्छल दोस्ती थी.

लोग मिसाल देते थे, मेरी और अमन की दोस्ती की. कैसे मुझे बीच सफर अकेला छोड़ कर जा सकता है अमन, विशाल सोच रहा था.

पर अब ज्यादा सोचने का समय नहीं था. अमन के परिवार में सिर्फ उस की मां और पत्नी रश्मि ही है, क्या बीतेगी दोनों पर. जल्दी से विशाल ने कपड़े बदले और निकल गया अमन के घर जाने के लिए. वहां भी खबर पहुंच गई थी. माहौल बहुत ही दर्दनाक था.

अमन की माताजी का बुरा हाल था. अपने इकलौते बेटे की मौत कौन मां सह सकती है? रश्मि विशाल को देखते ही टूट गई, सिर पटक कर चूड़ियां तोड़ते हुए आक्रंद करते बेहोश हो गई. विशाल ने डाक्टर को बुलाया और मांजी को संभालते खुद भी बिखर गया.

डाक्टर ने रश्मि को इंजैक्शन दिया और होश में लाया. पर 8वें महीने में ही सदमे की वजह से रश्मि को प्रसूति दर्द शुरू हो गया और अस्पताल में भरती करवाया गया. नौर्मल प्रसूति संभव न थी तो डाक्टर ने कहा, 'औपरेशन करना पड़ेगा' और अनुमति कागज पर पति के दस्तखत मांगे.

विशाल असमंजस में पड़ गया, अब क्या करे पर विशाल ने चंद पल कुछ सोचा और दस्तखत कर दिए. कुछ ही देर में चांद सी बेटी रश्मि के पहलू में खिलखिला रही थी. रश्मि को होश आते ही मांजी ने सबकुछ बता दिया कि किस तरह विशाल ने साथ दिया और कागजात पर दस्तखत कर के अपना फर्ज निभाया.

रश्मि विशाल के आगे हाथ जोड़ कर रो पड़ी पर विशाल ने मांजी के चरण स्पर्श किए और रश्मि को शांत कराया. दूसरे दिन शहीद अमन की नश्वर देह तिरंगे में लिपटी आई. हर विधि और हर फर्ज विशाल ने एक भाई की तरह निभाया और आखिर में अमन के सिर पर हाथ रख कर विशाल ने कसम खाई कि 'ऐ दोस्त, हमारी दोस्ती की कसम तुझ से यह मेरा वादा है, आज से मांजी, रश्मि और यह नन्ही परी की जिम्मेदारी मेरे ऊपर है. जिंदगी में बहुत सारी खुशियां हम दोनों ने साथ में साझा की हैं, आज जिम्मेदारी बांट रहा हूं. इजाजत दो.' और अपनी उंगली छुरी से काट कर विशाल ने अपने खून से रश्मि की मांग भर दी.

सारे रिश्तेदारों ने इस रिश्ते पर मोहर लगा दी और पूरे सम्मान के साथ अमन के पार्थिव शरीर का अग्नि संस्कार किया. फिर विशाल ने रश्मि से कहा, ''भाभी, मुझे गलत मत समझना. आप हमेशा अमन की अमानत ही रहेंगी. यह रिश्ता सामाजिक है, दैहिक नहीं. वक्त की नजाकत को समझते मुझे उस वक्त जो ठीक लगा, मैं ने किया. मुझे माफ कर दीजिए.'' दोस्ती की परिभाषा के प्रतीक समझ विशाल की विशालता के आगे रश्मि नतमस्तक होते इतना ही बोल पाई, ''आप महान हो.'' ●

बौलीवुड buzz

विवाह के बंधन में बंधेंगी कैटरीना कैफ

फिल्म 'सरदार उधम सिंह' को मिली जबरदस्त सफलता और इस में सरदार उधम सिंह के किरदार में विक्की कौशल के अभिनय को जिस तरह से सराहा जा रहा है, उस से विक्की कौशल काफी खुश हैं और बौलीवुड में चर्चाएं गरम हैं कि विक्की कौशल इस खुशी को बढ़ाने के लिए निजी जीवन में एक कदम आगे बढ़ने वाले हैं.

अभिनेता विक्की कौशल अपनी प्रेमिका व अदाकारा कैटरीना कैफ के साथ दिसंबर में विवाह के बंधन में बंधने जा रहे हैं. यह विवाह राजस्थान में संपन्न होगा. मगर फिलहाल विक्की कौशल और कैटरीना कैफ दोनों ने इस संबंध में चुप्पी साध रखी है.

पद्मश्री से सम्मानित और 3 बार सर्वश्रेष्ठ पुरुष पार्श्वगायक और एक बार सर्वश्रेष्ठ संगीत निर्देशक के राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार से नवाजे जा चुके शंकर महादेवन की नजर में टीवी के संगीत प्रधान रिऐलिटी शो और टेबल टैनिस का खेल एकजैसे हैं.

जी हां, इन दिनों जीटीवी पर प्रसारित हो रहे संगीत प्रधान रिऐलिटी शो 'सारेगामापा' में जज के रूप में नजर आ रहे शंकर महादेवन से जब पूछा गया कि लगभग 20 वर्षों से प्रसारित हो रहे संगीत प्रधान टीवी के रिऐलिटी शो 'सारेगामापा' के कई सीजन आ चुके हैं. ऐसे में इस बार के 'सारेगामापा' के सीजन में अलग क्या होगा?

यह सवाल शंकर महादेवन को नागवार गुजरा. उन्होंने नाराजगी के स्वर में कहा, ''वैसे तो टीवी के सभी रिऐलिटी शो एकजैसे ही होते हैं, लेकिन देखा जाए तो हर रिऐलिटी शो एकदूसरे से काफी अलग है. हर संगीत प्रधान रिऐलिटी शो में संगीत होता है. इस बार भी 'सारेगामापा' में संगीत है. अब आप कहेंगे कि इस में अलग क्या है?

''देखिए, हर टैनिस मैच एक जैसा होता है. 2 खिलाड़ी हैं, उन के हाथ में रैकेट है, कोर्ट है. दोनों एकदूसरे पर बल्ला मार रहे हैं. आप क्यों बारबार टैनिस मैच जा कर देखते हो? इस की वजह होगी तो उसी तरह यह 'सारेगामापा' रिऐलिटी शो काफी अलग है. इस का अपना एक कैरेक्टर है. इस में जो गायक हैं उन का टैंलेंट काफी मजबूत है. इस में सारे पायनियर लोग हैं.

यह शो पायनियर है. ये लोग कहांकहां से टैलेंट ढूंढ़ कर लाते हैं, मतलब, अविश्वसनीय टैलेंट हैं. हम इन्हीं टैंलेंट को देख कर खुश होते हैं. जनता इन बच्चों को टीवी के परदे पर गाते हुए जब देखती है तो वह उन्हें सराहती है.''

शंकर महादेवन ने आगे कहा, ''इस शो में जितनी प्रतिभाएं शामिल हैं, उन सभी ने औडिशन के दौरान अपनी गायकी की स्टाइल, अपनी संगीत की तैयारी और अपने हुनर का लोहा मनवाया. उन की सब से बड़ी खासीयत संगीत के प्रति उन की गहरी लगन है.''

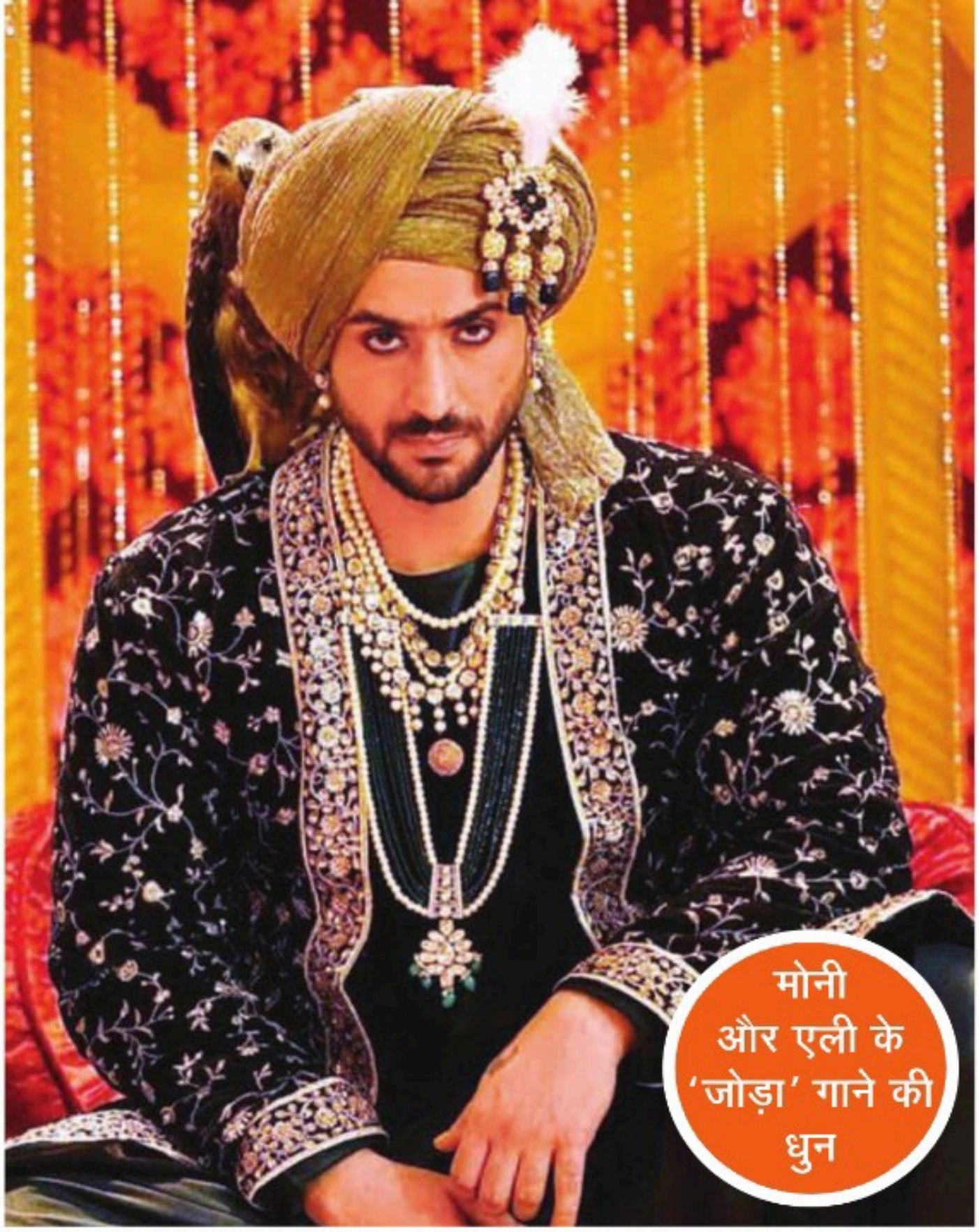
राहुल राय और नितिन मलखानी के अभिनय से सजी फिल्मकार नितिन कुमार गुप्ता की कारगिल में वास्तविक युद्ध स्थानों पर फिल्माई गई फिल्म 'एलएसी' पिछले कुछ समय से विवादों के घेरे में है. दरअसल, उन की फिल्म 'एलएसी' के कुछ स्टिल्स और वीडियो को कुछ लोगों ने गलती से भारतचीन सीमा पर घट रहा वास्तविक घटनाक्रम मान कर टिप्पणी की.

इस विवाद को शांत करते हुए फिल्मकार नितिन कुमार गुप्ता कहते हैं, ''मैं रूस में अपनी नई फिल्म की शूटिंग कर रहा था. मेरे दोस्तों ने कुछ ट्विटर पोस्ट फौरवर्ड किए जिन में मेरी फिल्म 'एलएसी' के फुटेज को भारतीय सैनिकों के रूप में दिखाया गया था, जिन्होंने 150 चीनी सैनिकों को पकड़ लिया था.

''मुझे यह भी पता चला कि दूसरी तरफ चीनी वैबसाइटें अपने सैनिकों की जीत दिखाने के लिए मेरी फिल्म के चित्रों का उपयोग कर रही हैं. मैं इस तरह के गलत प्रचार के लिए अपनी फिल्म के इस्तेमाल किए जाने को ले कर काफी परेशान था, लेकिन एक निर्देशक के रूप में मैं इस बात से भी संतुष्ट था कि मेरी फिल्म दर्शकों को समझाने के लिए काफी प्रामाणिक लग रही थी. मैं ने तुरंत अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक स्पष्टीकरण जारी किया.''

वे आगे कहते हैं, ''हमारी फिल्म 'एलएसी' हमारी सीमाओं पर होने वाली घटनाओं और गतिविधियों पर आधारित है. हम ने वास्तविक जीवन की घटनाओं का इस्तेमाल किया और उन्हें काल्पनिक बनाया. चूंकि हम ने कुछ दृश्यों के लिए 500 से अधिक अभिनेताओं का उपयोग किया था, इसलिए सैलफोन के फिल्मांकन को नियंत्रण में रखना असंभव था. कुछ अभिनेताओं ने लड़ाई के दृश्यों को फिल्माया और उन्हें अपने यूट्यूब चैनलों पर अपलोड किया. इन में से कुछ हिस्सों को विभिन्न दर्शकों ने उठाया और गलत कारणों से इस्तेमाल किया.''

नितिन गुप्ता कहते हैं, ''मैं ने 2020 की सर्दी के मौसम में 25 दिनों से अधिक समय तक कारगिल में वास्तविक युद्ध स्थानों पर अपनी इस फिल्म की शूटिंग की थी. हमारी फिल्म 'एलएसी' बौलीवुड की पहली सिंगल शौट फिल्म है. यह बिना एक कट के चलती है. इसे असली दिखाने के लिए असली सेना की वेशभूषा और गियर का इस्तेमाल किया गया था. 'एलएसी' का पोस्ट प्रोडक्शन रूस में अभी पूरा किया है.''



मोनी और एली के 'जोड़ा' गाने की धुन

मौनी राय ओर एली गोनी के यूट्यूब पर रिलीज हुए नए म्यूजिक वीडियो 'जोड़ा' ने महज एक सप्ताह के अंदर 2 करोड़ से अधिक व्यूज पा लिए हैं. मनिंदर कैली लिखित व संगीतकार जतिंदर शाह द्वारा संगीतबद्ध इस गीत को अफसाना खान ने अपनी आवाज में स्वरबद्ध किया है.

मौनी राय के संग एली गोनी का यह पहला संगीत वीडियो है जिस में दोनों के बीच की कैमिस्ट्री जबरदस्त है. एक शाही महल में स्थापित यह गीत एक रानी के अपने राजा के लिए बिना शर्त प्यार के इर्दगिर्द घूमता है और कैसे वह उसे वापस जीतने के लिए संघर्ष करती है.

'तेरा सूट', 'तू भी सत्या जाएगा' और '2 फोन' के बाद इस वर्ष अभिनेता एली गोनी का यह चौथा संगीत वीडियो है. इसी संगीत वीडियो के संदर्भ में एली गोनी कहते हैं, ''दर्शकों ने गाने के जीवन से बड़े चित्रांकन और कलाकारों द्वारा गाने में दिखाई गई कैमिस्ट्री व भावनाओं के लिए गीत की प्रशंसा की है. 'जोड़ा' एक विशेष गीत है. शाही पोशाक पहन कर महल में शूटिंग करने का यह एक बहुत ही अलग अनुभव था.

मौनी एक शानदार नर्तकी और एक अद्भुत सहकलाकार हैं. अफसाना की भावपूर्ण आवाज ने जादू किया है कि इस गाने को 2 करोड़ बार देखा गया है.

फिल्मकार महेश भट्ट और अभिनेत्री सोनी राजदान की बेटी आलिया भट्ट ने 9 वर्षों पहले फिल्म 'स्टूडैंट औफ द ईयर' से अपने अभिनय कैरियर की शुरुआत की थी. इन 9 वर्षों में आलिया भट्ट ने अपनी कमाई और शोहरत के चलते पिता महेश भट्ट को भी मात दे दी है.

महेश भट्ट कहते हैं, ''वह अपने मातापिता का विस्तार नहीं है. उस के अंदर कुछ करने की अपनी आग है. इसीलिए उस ने 9 वर्ष के अंदर बहुत सी उपलब्धियां हासिल की हैं. एक वक्त वह था जब आलिया 500 रुपए के लिए अपने पिता के पैर में क्रीम लगाती थी. फिर वह वक्त आया जब उस ने 2 वर्ष में इतनी रकम कमा ली, जितनी रकम मैं अपने 50 वर्ष के फिल्म निर्देशन के कैरियर में भी नहीं कमा पाया.

''आलिया की परवरिश फिल्म परिवार में जरूर हुई है, मगर हमारे घर पर फिल्मी पार्टियां नहीं हुआ करती थीं. मैं तो जिंदगी गुजारा करने लायक ही कमा पा रहा था.''

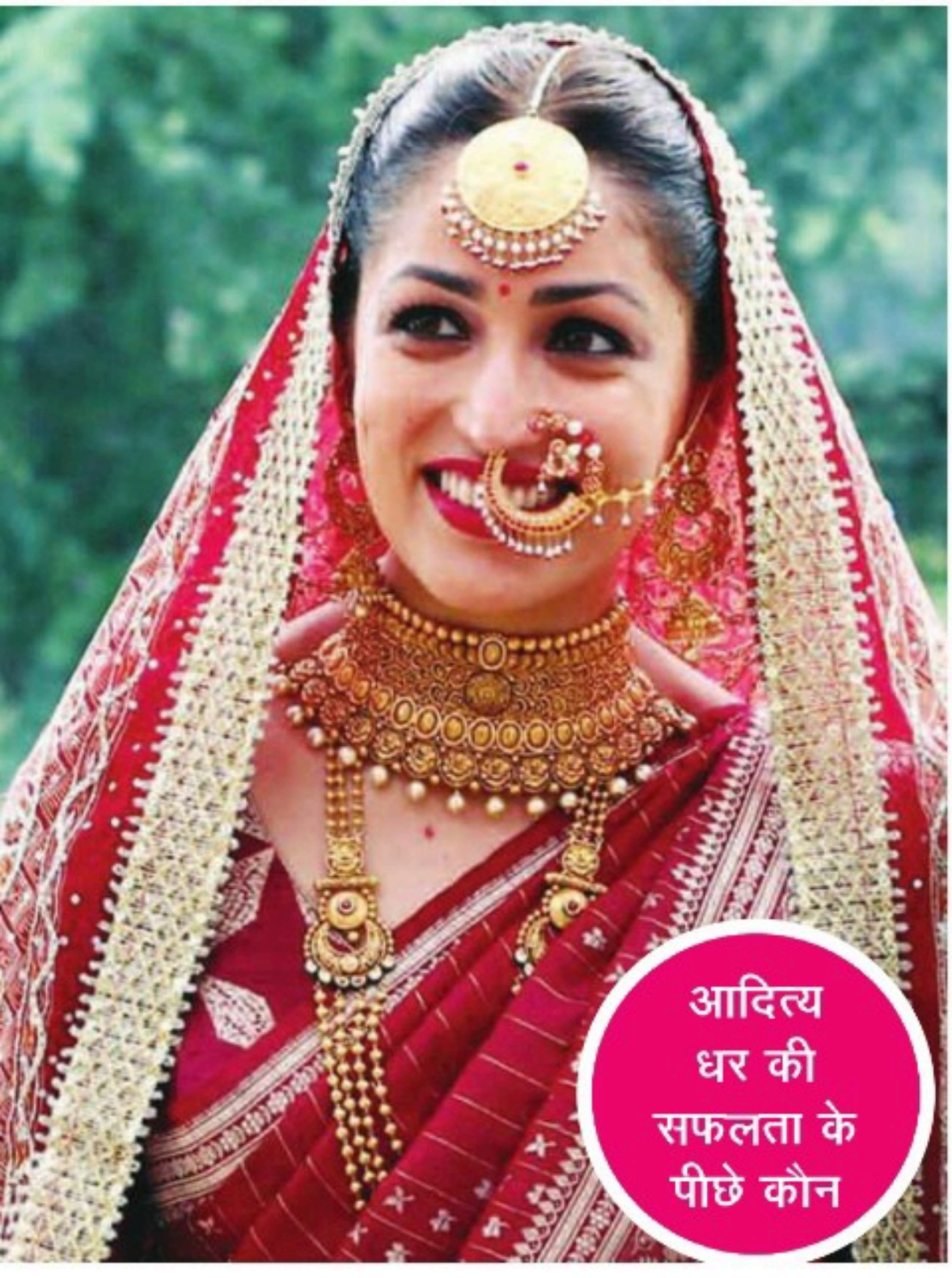
आलिया भट्ट ने दी पिता को मात

'लखनऊ मेरी जान' से चमकेंगे लक्की अली

नई पीढ़ी के नवोदित कलाकार सैनिक के पदचिह्नों पर चलते हुए अपने फिल्मी कैरियर को संवारने का काम कर रहे हैं. जिस तरह एक सैनिक पूरी तरह प्रशिक्षित हो कर सीमा पर तैनात होता है, उसी तरह अब नई पीढ़ी के कलाकार अभिनय कला का प्रशिक्षण ले कर उस में निपुणता हासिल करने के बाद ही बौलीवुड में कदम रख रहे हैं. ऐसा ही कुछ लखनवी नौजवान लक्की अली खान ने भी बौलीवुड में पदार्पण करने के लिए कदम उठाया है.

जी हां, लक्की अली खान ने सारी तैयारियां करने के बाद बौलीवुड में कदम रखा है. लखनऊ विश्वविद्यालय से बीकौम, एमबीए करने के पश्चात लखनऊ में ही भातखंडे संस्थान से अभिनय का प्रशिक्षण लिया. मुंबई में ऐक्शन की बारीकियां सीखीं, स्टंट के दांवपेंच सीखे. उस के बाद उन का पहला संगीत अलबम वी फौर यू चैनल पर प्रक्षेपित हुआ. फिर आधा दर्जन और म्यूजिक वीडियो में अपने अभिनय प्रतिभा का लोहा मनवाने के बाद खान ने वैब सीरीज में अभिनय किया और अब वे हिंदी फिल्म 'लखनऊ मेरी जान' में अभिनय करने जा रहे हैं.

ताज ड्रीम्स एंटरटेनमैंट एंड ट्रैसर मीडिया द्वारा संयुक्त रूप में प्रस्तुत होने वाली इस ऐक्शन कौमेडी फिल्म को हामिद अली निर्देशित करेंगे. फिल्म का कथानक नवाबों के शहर लखनऊ का किस्सा बयान करता है. इस हिंदी फिल्म में एक नहीं, चारचार नवाब साहब होंगे. हिंदी फिल्म 'लखनऊ मेरी जान' में राजपाल यादव, एहसान कुरैशी, दीपू श्रीवास्तव और सुनील पाल के साथ फिल्म के नायक 'बनारसी बाबू जो लखनऊ आ धमकते हैं,' की भूमिका लक्की अली खान करेंगे.



आदित्य धर की सफलता के पीछे कौन

एक पुरानी कहावत है, 'हर सफल पुरुष के पीछे एक औरत होती है.' कम से कम यह बात फिल्म 'उरी : द सर्जिकल स्टाइक' के लिए सर्वश्रेष्ठ निर्देशक का राष्ट्रीय पुरस्कार जीत चुके फिल्मकार आदित्य धर के साथ जरूर लागू होती है. आदित्य धर ने 2008 में बतौर गीतकार बौलीवुड में कदम रखा था. उन्होंने 'तेज' और 'आक्रोश' फिल्मों के संवाद भी लिखे.

फिर 2016 में आदित्य धर ने बतौर निर्माता व निर्देशक फिल्म 'रात बाकी' शुरू की. मगर कुछ दिनों बाद यह फिल्म बंद करनी पड़ी थी. इस के बाद 3 वर्ष तक आदित्य धर कुछ नहीं कर पाए. मगर 2019 में यामी गौतम और विक्की कौशल को ले कर आदित्य धर को फिल्म 'उरी : द सर्जिकल स्ट्राइक' की पटकथा लिखने के साथ ही निर्देशन करने का अवसर मिला.

इस फिल्म ने बौक्सऔफिस पर सफलता दर्ज कराने के साथ ही आदित्य धर को सर्वश्रेष्ठ निर्देशक का राष्ट्रीय पुरस्कार भी दिला दिया. लोगों को लगा कि अब आदित्य धर का समय चमक गया पर ऐसा नहीं था.

'उरी : द सर्जिकल स्ट्राइक' के बाद आदित्य धर को रौनी स्क्रूवाला की अति महत्त्वाकांक्षी साइंस फिक्शन फिल्म 'इमोर्टल औफ अश्वथामा' करने का अवसर मिला. मगर कुछ दिनों बाद यह फिल्म भी बंद हो गई. लेकिन 4 जून, 2021 को आदित्य धर ने अपनी फिल्म 'उरी : द सर्जिकल स्ट्राइक' की अभिनेत्री यामी गौतम संग विवाह रचाया और इस तरह आदित्य धर को 'लेडी लक' मिल गया.

शादी के महज 4 माह के अंदर ही आदित्य धर की बंद हो गई फिल्म 'इमोर्टल औफ अश्वथामा' फिर से शुरू हो गई. इतना ही नहीं, अब आदित्य धर ने खुद भी अपनी प्रोडक्शन कंपनी 'आदित्य धर फिल्म्स' शुरू की और लेडी लक का परिणाम यह है कि 2016 में बंद हो गई आदित्य धर की महत्त्वाकांक्षी फिल्म 'रात बाकी' भी शुरू हो रही है. इस बार फिल्म 'रात बाकी' के निर्माण में आदित्य धर का साथ रौनी स्क्रूवाला भी दे रहे हैं.

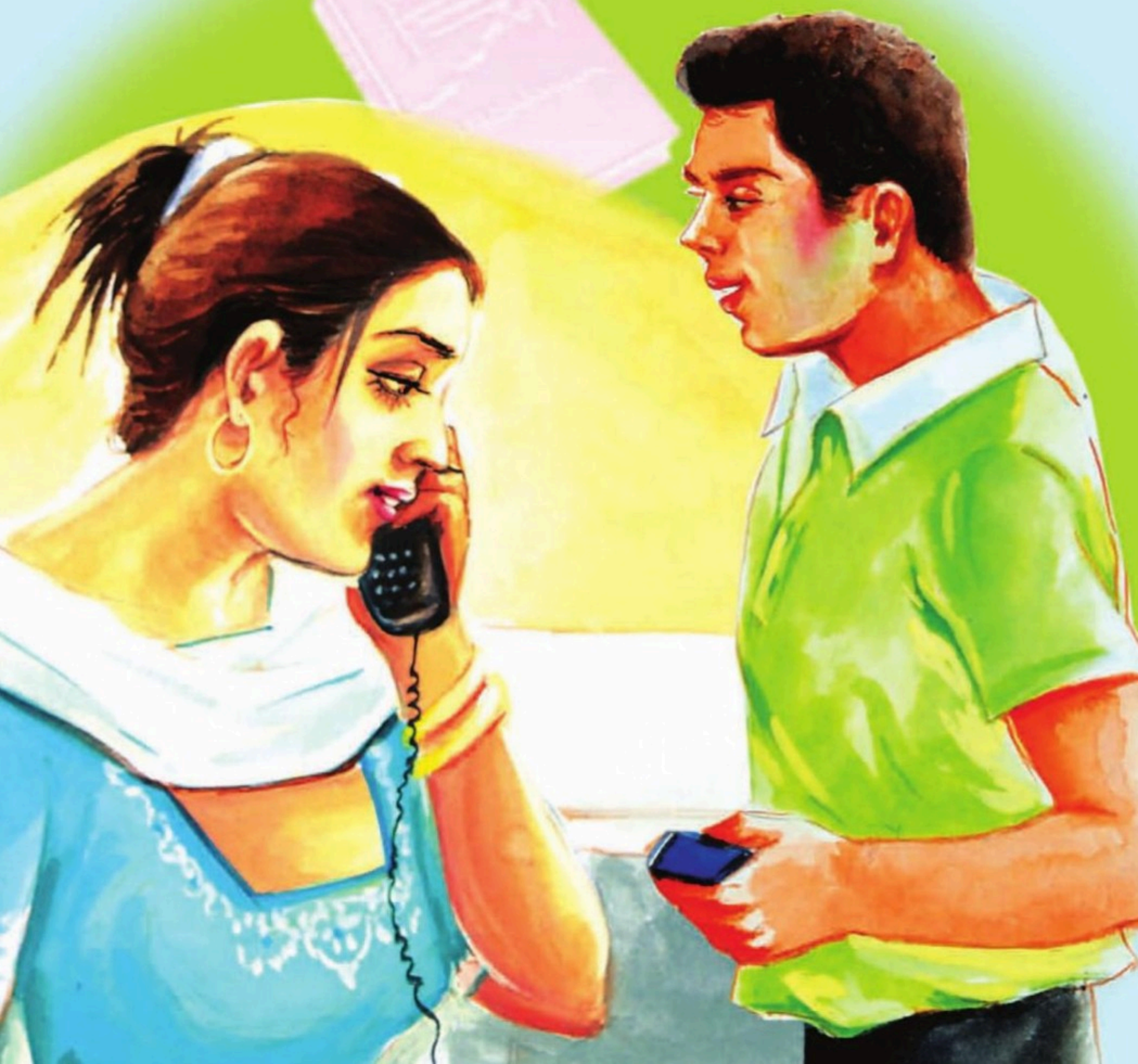
–शांतिस्वरूप त्रिपाठी ●

तलाश एक कहानी की

वृंदा की रचनाओं में एक कशिश थी जो उन्हें पढ़ने को मजबूर करती थी. उन की रुमानियत दिल को छू लेती. उन को पढ़ कर कोई मुश्किल से ही अपनेआप को उन पर कमैंट करने से रोक पाए, इस फेरे में खुद मोहन फंस गए थे. और फिर एक दिन...

कहानी • कुमुद कुमार

कुरसी पर खाली बैठाबैठा बस सिगरेट के धुएं के छल्ले हवा में उड़ाए जा रहा था. कई दिनों से कोई अदद कहानी लिखने की सोच रहा था लेकिन किसी कहानी का कोई सिरा पकड़ में ही नहीं आ रहा था. कभी एक विषय ध्यान में आता, फिर दूसरा, तीसरा, चौथा. लेकिन अंजाम तक कोई नहीं पहुंच रहा था. यह लिखने की बीमारी भी ऐसी है कि बिना लिखे रहा भी तो नहीं जाता.



तभी मोबाइल की घंटी बजी. स्क्रीन पर देखा तो अज्ञात नंबर.

''हैलो.''

''जी हैलो, नमस्ते.''

दूसरी ओर से आई आवाज किसी औरत की थी. मैं ने पूछा, ''कौन मोहतरमा बोल रही हैं?''

''जी, मैं वृंदा कीरतपुर से. क्या मोहनजी से बात हो सकती है?''

''जी, बताइए. मोहन ही बोल रहा हूं.''

''जी, बात यह थी कि मैं भी कुछ कहानीकविताएं लिखती हूं. आप के दोस्त प्रीतम ने आप का नंबर दिया था. आप का मार्गदर्शन चाहती हूं.''

''क्या आप नवोदित लेखिका हैं?''

''हां जी, लेकिन लिखने की बहुत शौकीन हूं.''

''वृंदाजी, आप ऐसा करें कि अभी आप लोकल के पत्रपत्रिकाओं में अपनी रचनाएं प्रकाशन के लिए भेजें. जब आत्मविश्वास बढ़ जाए तो राष्ट्रीय स्तर की पत्रपत्रिकाओं में अपनी रचनाएं भेजें. और हां, अच्छा साहित्य खूब पढ़ें.''

यह कहते हुए वृंदा को मैं ने कुछ पत्रपत्रिकाओं के नामपते बता दिए. उसे पत्रपत्रिकाओं में लिखने का तरीका भी बता दिया.

इस औपचारिक वार्त्तालाप के बाद मैं ने वृंदा का नंबर उस के नाम से सेव कर लिया. यह हमारा व्हाट्सऐप नंबर भी था. 'माई स्टेटस' पर उस की पोस्ट आने लगी.

कभीकभी मैं उस की पोस्ट देख और पढ़ लेता. इसी से पता चला कि वृंदा 2 बच्चों की मां है और किसी सरकारी स्कूल में प्रधानाध्यापिका है. वृंदा की पोस्ट में सुंदर, साहित्यिक कविताएं होतीं. मैं उन्हें पढ़ कर काफी प्रभावित होता. एक नवोदित रचनाकार इतनी सुंदर और ऐसी साहित्यिक रचनाएं लिखे तो गर्व होना स्वाभाविक था.

वृंदा की रचनाओं के विषय के अनुसार मैं ने उसे अमुकअमुक पत्रिकाओं में प्रकाशन के लिए प्रेषित करने की सलाह दी. कोई रचना मुझे ज्यादा ही पसंद आती तो मैं उस पर उसी के अनुरूप अपना कमैंट भी लिख भेजता.

धीरेधीरे वृंदा की रचनाएं रूमानियत के सांचे में ढलने लगीं. प्रेम के अलाव की तपिश में पकने लगीं. उन से इश्क का धुआं उठने लगा. मोहब्बत का माहौल बनने लगा. उन्हें पढ़ कर ऐसा एहसास होता कि वे दिल में उतर रही हैं. उन्हें पढ़ कर आनंद की अनुभूति तो होती, फिर भी मैं ऐसी रचनाओं पर अपने कमैंट देने से बचता.

एक दिन वृंदा ने अपनी कोई पुरस्कृत रचना मेरे व्हाट्सऐप पर प्रेषित की और उस पर मेरी टिप्पणी मांगी. रचना वाकई काबिलेतारीफ थी. मैं ने उस पर अपनी संतुलित टिप्पणी भेज दी.

इस के बाद मेरी रुचि वृंदा की रचनाओं में जाग्रत होने लगी. उस की रचनाओं में एक कशिश थी जो उन को पढ़ने को मजबूर करती थी. उन की रूमानियत दिल को छू लेती. उन को पढ़ कर कोई मुश्किल से ही अपनेआप को उन पर कमैंट देने से रोक सकता था. हर रचना ऐसी होती जैसे पढ़ने वाले के लिए ही लिखी गई हो. कई बार तो वृंदा की रचनाएं इतनी व्यक्तिगत होतीं कि उन्हें पढ़ कर लगता कि निश्चित ही वह किसी की मोहब्बत के सागर में गोते लगा रही है.

एक दिन मैं ने वृंदा को मैसेज भेजा, ''वृंदा, इतनी भावना प्रधान रचनाएं कैसे लिख लेती हो?''

जवाब तुरंत हाजिर था, ''प्रेम.''

इस ढाई आखर के 'प्रेम' के साथ 2 प्यारे इमोजी बने हुए थे. मैं अचंभित था कोई शादीशुदा महिला किसी अपरिचित व्यक्ति के सामने इतनी शीघ्रता से कैसे अपने प्रेम का प्रकटीकरण कर सकती है. मन में एकसाथ अनेक सवाल उठ खड़े हुए. कौन है वह खुशनसीब इंसान जिस के प्यार में वृंदा डूबी हुई है? क्या वह अपने परिवार में खुश नहीं जो उसे प्रेम की तलाश कहीं और करनी पड़ रही है? इस का पति भी तो इस की पोस्ट पढ़ता होगा? शायद नहीं. नहीं तो अब तक बवंडर हो गया होता. वृंदा की पोस्ट ही इतनी इश्किया थी.

अंत में जेहन में एक सवाल और उठा. यह वृंदा कहीं मुझ से तो... यह सोचते ही मेरे चेहरे पर मुसकान खिल उठी. आदमी की आदत है कि वह खयाली पुलाव पकापका कर खुश होता रहता है. इतनी खूबसूरत महिला को मुझ से इश्क हो जाए तो कहना ही क्या? तभी मुझे अपने परिवार का खयाल आया और मन में फूट रहे लड्डुओं में खटास उत्पन्न हो गई. लेकिन यह पहेली पहेली ही रही कि वृंदा किस पर फिदा है.

वृंदा के इश्किया मिजाज को देखते हुए अपना मन भी इश्किया हो उठा. अब मैं उस की पोस्ट पर कमैंट देते समय इश्किया शब्दों का प्रयोग करने लगा. इस कम्बख्त इश्क का मिजाज ही ऐसा होता है, न उम्र देखता है, न रंग देखता है. बस, सब को अपने रंग में रंग लेता है. बड़ेबड़े रसूखदार, इज्जतदार इश्क के परवाने बन प्रेम की शमा में यों ही न भस्म हो बैठे. हम भी इश्किया परवाने बन प्रेम की शमा पे परवाना बन जलने को बेचैन हो उठे. हम ने भी शर्मलिहाज छोड़ वृंदा की पोस्टों पर एक से बढ़ कर एक इश्किया कमैंट दे मारे.

वृंदा समझ गई कि हम पर इश्क का भूत सवार हो रहा था. हमारा इश्किया भूत उतारने के मकसद से या फिर किसी और सिरफिरे को ठीक करने के लिए एक दिन उस ने एक चुटकुला पोस्ट किया,

लड़का लड़की से– 'क्या तुम्हारा कोई पुरुष मित्र है?'

लड़की– 'हां, है.'

DELHI PRESS MAGAZINES
गृहशोभा
सचेत, सक्षम, सफल, स्मार्ट
पाक्षिक पत्रिका
स्वतंत्र, चट्टान सा विश्वास का आईना बनाए, तैयार करे हर कल के लिए
सब्सक्रिप्शन के लिए टोलफ्री नंबर 1800 103 8880 पर संपर्क करें या http:www.delhipress.in/subscribe देखें.

HEMODEX®

आपके सेहत का सच्चा साथी

Growmed उत्पादित आयरन टॉनिक लाल रक्तकण बढ़ाने एवं उत्तम स्वास्थ्य के लिए उपयोगी है। इसमें है भरपूर आयरन, फोलिक एसीड, B_{12} तथा सौर्वीटॉल 70% जो कि चेहरा, जीभ आँख के पीलापन, चलने पर चक्कर आना या दम फूलना, उम्र से ज्यादा दिखना जैसे गम्भीर रोगों में अत्यधिक लाभदायी है।

GROWMED®

STOMAQUAR®

अब छुटकारा पाईये

पेट में गैस, जलन, अपच, खट्टे डकार, पुराना कब्ज, पेप्टिक अल्सर, आँव, सिरदर्द, बेचैनी, मुँह में छाले, हाइपर–एसीडीटी, हिचकी आना एवं पेट के अन्य तकलीफों से। साथ ही इसका नियमित सेवन रक्तचाप को भी सही रखने में काफी लाभदायक है।

Manufacturer :
Tablet, Capsule, Liquid, Ointment and Injection

ऑनलाईन ऑर्डर के लिए लॉग इन करें:
www.growmed.in

GUJARAT
GROWMED MKT. INDIA PVT. LTD.
• CALL : 9431237784, 8987383154

लड़का– 'तुम इतनी खूबसूरत हो मोहतरमा कि तुम्हारे 2 पुरुष मित्र होने चाहिए.'

लड़की– 'मेरे 3 पुरुष मित्र हैं और तुम्हें अपना पुरुष मित्र बना कर, मैं उन तीनों को धोखा देना नहीं चाहती.'

वृंदा ने उस चुटकुले के नीचे 3 हंसते हुए इमोजी भी बना रखे थे. मुझे लगा, यह मेरे लिए ही संकेत है और वृंदा के पहले से ही कुछ पुरुष मित्र हैं. मैं ने उस के इस चुटकुले पर कोई कमैंट तो नहीं लिखा लेकिन जैसे को तैसा जवाब देने की तर्ज पर 5 हंसते हुए इमोजी जवाब में भेज दिए.

किसी औरत के दिल को जलाने के लिए इस से बेहतर तरीका नहीं हो सकता. उस ने मेरे 5 इमोजी का अर्थ यह लगाया कि मेरी 5 महिला मित्र हैं. इस से आहत हो वृंदा ने अगले 2–3 दिनों तक कोई पोस्ट नहीं भेजी. लगता था वह सौतिया डाह से पीड़ित हो गई.

इस के बाद वृंदा की पोस्ट रूमानी होने के बजाय गमगीन और पलायनवादी हो गईं. वह अपनी पोस्ट के जरिए यह दर्शाने लगी कि वह दुनिया की सब से दुखी औरत है. घर में तो उसे एक क्षण का चैन नहीं, स्कूल में आ कर ही उसे कुछ राहत मिलती है. अब मैं उस की पोस्ट पढ़ तो लेता था लेकिन कमैंट देना बिलकुल बंद कर दिया क्योंकि जरूरी नहीं था कि उस की पोस्ट मेरे लिए थी.

एक दिन 10 बजे के आसपास वृंदा ने एक बड़ी ही दुखभरी पोस्ट प्रेषित की, 'छोड़ जाऊंगी तेरे आसपास, मैं खुद को इस तरह, रोज तिनकेतिनके सा...' यह ऐसी पोस्ट थी जिसे पढ़ कर किसी भी आशिक का दिल पिघल सकता था. लेकिन यहां तो आशिक का ही पता नहीं था. इसलिए मेरे लिए संवेदना प्रकट करने का कोई सवाल ही नहीं था. महबूबा महबूब के प्रेम से धोखा खा कर इतनी आहत नहीं होती है जितनी उस की उपेक्षा से.

वृंदा लगभग हर समय औनलाइन रहती थी लेकिन आज 'माई स्टेटस' पर अपनी यह दुखभरी पोस्ट 10 बजे के आसपास डाल कर औफलाइन हो गई. मैं यह सोच कर कि औफलाइन होने के अनेक कारण हो सकते हैं, अपने काम में व्यस्त हो गया.

एक बजे के आसपास किसी ने डोरबेल बजाई. मैं ने खिड़की से झांक कर देखा तो मेरे होश उड़ गए. नीचे दरवाजे के सामने 2 पुलिसवाले खड़े थे. आखिर मेरे घर पुलिस क्यों आई थी, मैं ने तो अपनी जानकारी में कोई अपराध नहीं किया था. फिर पुलिस का मेरे घर पर क्या काम.

यही सब सोचता हुआ मैं दरवाजा खोलने पहुंचा. दरवाजा खोलते ही उन में से एक बोला,

''क्या आप ही मोहन सिंह हैं?''

''जी हां, बताइए.''

''आप को एक तफतीश के लिए कीरतपुर थाने बुलाया गया है. इंस्पैक्टर साहब को आप से कुछ सवालात करने हैं.''

''लेकिन मामला क्या है?''

''यह सब तो इंस्पैक्टर साहब ही बताएंगे. हम से तो यह कहा है कि आप को थाने ले आएं. आप तैयार हो कर हमारे साथ चलें.''

पुलिस के मेरे घर आने की खबर पूरे महल्ले में आग की तरह फैल गई. हर कोई यह जानने को उत्सुक था कि मैं ने कौन सा अपराध किया है. इस से पहले कि मेरे घर पर मजमा लगता, मैं ने अपने परिवार का ढाढ़स बंधाया और उन 2 पुलिसवालों के साथ थाने की ओर चल पड़ा.

थाने में इंस्पैक्टर के सामने मुझे पेश किया गया. उन्होंने मुझ से पूछताछ शुरू की.

''आप लेखक हैं?''

मुक्ता

''जी हां.''

''क्याक्या लिखते हैं?''

''कहानी, कविता, व्यंग्य आदि.''

''और रूमानियतभरी बातें भी?'' इंस्पैक्टर ने प्रश्नवाचक दृष्टि से मेरी ओर देखते हुए कहा.

''जी, कहानी के हिसाब से.''

''और व्हाट्सऐप पर भी रूमानियत का खूब तड़का लगाते हो,'' इंस्पैक्टर ने कटाक्ष किया.

''जी, मैं समझा नहीं.''

''अभी समझाता हूं. वैसे, आप बड़े सज्जन बनने की कोशिश कर रहे हैं. फिर यह क्या है?''

यह कहते हुए इंस्पैक्टर ने वृंदा की पोस्ट और मेरे कमैंट्स की डिटेल मेरे सामने रख दी.

''आप को पता है लेखक महोदय. आप के कमैंट्स के कारण वृंदा ने सुबह 11 बजे के आसपास जहर खा कर जान देने की कोशिश की. आप एक शादीशुदा महिला से प्रेम की पींग बढ़ा रहे थे. आप को शर्म आनी चाहिए अपनेआप पर. आप के खिलाफ वृंदा को आत्महत्या के लिए उकसाने का केस बनता है.''

यह सुनते ही मेरी हालत पतली हो गई. फिर भी मैं ने हिम्मत जुटाते हुए पूछा, ''इंस्पैक्टर साहब, ऐसे कैसे हो सकता है, मैं तो आज तक उस से मिला भी नहीं?''

''देखिए, अभी तो व्हाट्सऐप डिटेल देखने के बाद शक के आधार पर आप को यहां बुलवाया गया है. अभी वृंदा बेहोशी की हालत में है. उस के होश में आने पर उस के बयान के आधार पर ही यह निर्णय लिया जाएगा कि आप को छोड़ें या गिरफ्तार करें. आप के सम्मान के कारण आप को लौकअप में बंद नहीं कर रहा हूं किंतु वृंदा के बयान होने तक आप पुलिस की निगरानी में थाने में ही रहेंगे.''

स्पष्ट था, मेरी इज्जत का जनाजा पूरी तरह से निकल चुका था. मैं जानता था कि मेरा परिवार कितनी तकलीफ में होगा. नातेरिश्तेदारों और महल्ले वालों को भी भनक लग चुकी थी कि किसी औरत से प्रेमप्रसंग के मामले में मुझे थाने में बैठा कर रखा गया है. विरोधियों की तो बांछें ही खिल गई थीं. उन के लिए तो मैं काला सियार था.

लगभग 3 बजे शाम को वृंदा बयान देने के काबिल हुई. इंस्पैक्टर ने खुद अस्पताल जा कर उस से जहर खाने का कारण पूछा. मेरी सांसें अटकी हुई थीं कि वृंदा न जाने क्या बयान दे. अगर उस ने मेरा नाम भी ले लिया तो समझो मेरी इज्जत मिट्टी में मिल जाना तय है. थाने में बैठेबैठे मेरा दिल कांप रहा था.

हवालात जाने का डर लगातार सता रहा था.

इंस्पैक्टर साहब वृंदा का बयान ले कर अस्पताल से थाने आए. मुझे देख कर मुसकराए और कहा, ''मोहन बाबू, आप बच गए. हमें क्षमा करना जो आप को इतनी तकलीफ दी. वृंदा घरेलू कलह से तंग थी जिस के कारण उस ने जहर खा कर जान देने की कोशिश की. अब आप घर जा सकते हैं. पुलिस आप को तंग नहीं करेगी.''

''लेकिन इंस्पैक्टर साहब, मेरे सम्मान पर जो आंच आई है, उस का क्या?''

''इस के लिए मैं मोहन बाबू आप से फिर से क्षमा चाहता हूं. लेकिन शक के आधार पर पुलिस को कई बार ऐसी कार्यवाही करनी पड़ती है. आप इस पर एक अच्छी सी कहानी लिख सकते हैं जिस से औरों को सबक मिले कि महिलाओं की पोस्ट पर कमैंट करने में सावधानी बरतें.''

यह कह कर इंस्पैक्टर साहब मुसकराए. बदले में मैं भी मुसकरा पड़ा. कहानी लिखने की मेरी तलाश पूरी हो चुकी थी. ●

Small Screen

अमर उपाध्याय का टीआरपी रेटिंग किस्सा

2000 से 2008 तक स्टार प्लस पर चर्चित शो 'क्योंकि सास भी कभी बहू थी' की अभी भी बहुत बड़ी फैन फौलोइंग है. ऐक्टर अमर उपाध्याय, जिन्होंने शो में मिहिर विरानी का किरदार निभाया था, ने बताया है कि इस शो से जुड़े कलाकारों का अभी भी एक व्हाट्सऐप ग्रुप है. उन्होंने हाल ही में एक निजी चैनल को दिए इंटरव्यू में कहा कि अगर शो का सीक्वल मिलता है तो स्मृति ईरानी को कास्ट करना मुश्किल होगा, जो फिलहाल प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की कैबिनेट में केंद्रीय महिला एवं बाल विकास मंत्री हैं.

अमर कहते हैं, ''जिस तारीख को शो का प्रीमियर हुआ था, उस समय अमिताभ बच्चन द्वारा होस्ट किया गया 'कौन बनेगा करोड़पति' भी प्रसारित हुआ था. केबीसी की एंट्री धमाकेदार थी, शानदार टीआरपी थी. हम एक पर भी नहीं थे और केबीसी सीधे 6–7 टीआरपी स्कोर के साथ था. एक बड़ा अंतर था और हम ने सोचा कि हम इसे कभी पार नहीं कर पाएंगे.''

अमर बताते हैं कि उन की टीम रेटिंग जानने के लिए हर हफ्ते एकता के औफिस जाती थी. जल्द ही 'क्योंकि सास भी कभी बहू थी' दूसरे स्थान पर पहुंच गई, जबकि केबीसी शीर्ष स्थान पर बनी रही. उन्होंने आगे बताया कि उन के किरदार की मौत के बाद शो की टीआरपी आसमान छू गई और कुछ समय बाद केबीसी को भी टीआरपी में पछाड़ दिया.

फिलहाल, शो के सीक्वल को ले कर अमर श्योर नहीं हैं.

मोहसिन ने भावुक मन से शो को कहा अलविदा

टीवी पर 'ये रिश्ता क्या कहलाता है' सब से अधिक समय से चलने वाला शो है. इस शो के पात्रों ने दर्शकों के दिलों में खास जगह बनाई. लोगों ने शो को काफी पसंद किया, तभी यह सब से लोकप्रिय शो में से एक बना रहा.

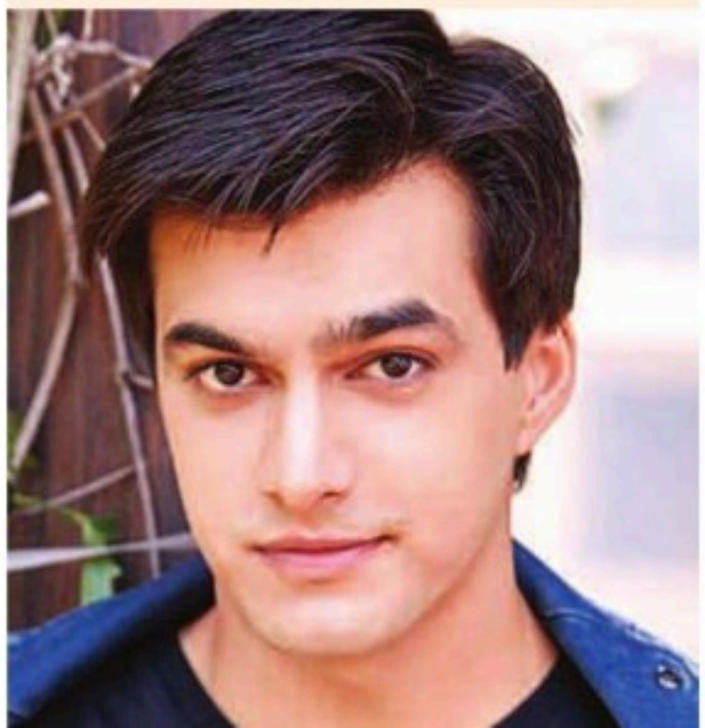
बता दें कि 'ये रिश्ता क्या कहलाता है' शो स्टार प्लस पर करीब 12 साल पहले शुरू हुआ था. 'अक्षरा' और 'नैतिक' के बाद दर्शकों को शो में नायरा और कार्तिक की जोड़ी देखने को मिली थी. अब इस की नई पारी शुरू होने जा रही है.

ऐसे में शो के कार्तिक गोयनका का किरदार निभाने वाले मोहसिन ने भी शो को अलविदा कह दिया है. अपने आखिरी दिन की शूटिंग पर मोहसिन शो को ले कर भावुक थे और शो के सदस्यों के साथ फोटो भी सोशल मीडिया पर अपलोड किए.

मोहसिन खान ने शो से अपना एग्जिट को ले कर एक निजी अखबार से अपने अनुभव साझा किया, बातचीत में कहा, ''सच ही कहा जाता है कि हर अच्छी चीज का एक दिन अंत होता है. इस कार्यक्रम की मेरे दिल में बहुत ही खास जगह है. यह दिन मेरे लिए भावनाओं का रोलर कोस्टर रहा, क्योंकि मैं अपने ही किरदार कार्तिक से काफी जुड़ा हुआ हूं.''

वे आगे कहते हैं, ''मैं अपने रोल को निभाने के साथसाथ अपनी टीम के साथ रोजाना मस्ती करना भी बहुत याद करूंगा.'' मोहसिन खान ने इंटरव्यू में बताया कि इस शो में काम करतेकरते उन की औनस्क्रीन फैमिली भी उन की अपनी ही फैमिली बन गई थी. उन्होंने इस बारे में कहा, ''मैं स्टार प्लस, राजन शाही सर और सब से ज्यादा दर्शकों का आभारी हूं.''

दर्शकों का शुक्रिया अदा करते हुए मोहसिन ने कहा, ''मैं जिंदगीभर इन लमहों को याद रखूंगा. इतनी ढेर सारी यादें देने के लिए मैं कैमरे के सामने और इस के पीछे मौजूद सभी लोगों का धन्यवाद करता हूं.''



आसिफ शेख की सैकंड जर्नी कमाल की

यह ऐक्टिंग प्रोफैशन है, अच्छेअच्छे कलाकार गायब हो जाते हैं कि कब वे आए, कब चले गए, पता ही नहीं चलता. पर आसिफ शेख गायब होने वालों में से नहीं थे. अभिनेता आसिफ शेख का मानना है कि समय के बलवान बहुत कम लोग होते हैं जिन्हें अपने जीवन में एक नई शुरुआत करने का मौका मिलता है.

आसिफ को टीवी जगत के सब से फिट अभिनेताओं में से एक माना जाता है. जिस समय बाकी लोग ऐक्टिंग को अलविदा कह रहे होते हैं उस समय वे दोबारा आए और छाए भी. आसिफ कहते हैं, ''मैं अपने जीवन और कैरियर का सब से अच्छा दौर जी रहा हूं. मेरे पास पहले भी काम था लेकिन उन परियोजनाओं ने मुझे संतुष्ट नहीं किया.''

''मैं वास्तव में खुद को धन्य मानता हूं कि मेरे कैरियर ने वह 360 डिग्री मोड़ लिया जिस की हम सभी कलाकार कामना करते हैं.'' यूपी से ताल्लुक रखने वाले आसिफ ने कई फिल्में और टीवी, दैनिक समाचारपत्रों में काम किया है. लेकिन हाल ही में उन्हें जो पहचान मिली है, वह उन्होंने मेहनत से अर्जित की है.

वे कहते हैं, ''जीवन में एक बार ऐसी बहुत कम भूमिकाएं होती हैं जो एक अभिनेता के रूप में हमारे सामने आती हैं. विभूति नारायण मिश्रा मेरे लिए गेम चेंजिंग रोल था. मुझे खुशी है कि मुझे एक टीम और लेखकों के साथ काम करने का मौका मिला, जिन्होंने न केवल मुझे एक दिलचस्प भूमिका दी बल्कि सैकड़ों से अधिक विभिन्न उपचरित्र दिए.

''यह सब की कड़ी मेहनत का नतीजा है कि 'भाभीजी घर पर हैं' शो 7 साल से चल रहा है और मुझे एक ही शो में 300 से अधिक विभिन्न पात्रों के प्रदर्शन का एक नया रिकौर्ड स्थापित करने के लिए वर्ल्ड बुक औफ रिकौर्ड्स, लंदन मिला है.''

–प्रतिनिधि ●